# sale&pepe

SALEPEPE.IT
**FEBBRAIO 2017**



Risole con la marmellata, pag. 95

**CHIACCHIERE**, intrigoni, nodini… è arrivato Carnevale **FEGATO E FEGATELLI** ghiottonerie da intenditore **ORTAGGI D'INVERNO** il gelo li rende più buoni **SUGHI BIANCHI** perché sposano latte e panna **L'ORA DEL TÈ** la pausa è dolce salata

IN EDICOLA IL 20 GENNAIO 2017 - Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 30 - Mensile

GRUPPO MONDADORI



70 ANNI DI STORIE E SAPORI ITALIANI
BUON COMPLEANNO
70

# SOMMARIO
FEBBRAIO 2017



## Servizi



## Evasioni




30


56


66


40



Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6



80



## Scuola



## Rubriche





108

## Hanno collaborato con noi a Febbraio



**ROBERTO GHEZZI**
È il patron di una pescheria in un moderno mercato milanese con cucina. Nel suo negozio, oltre ad acquistare il prodotto fresco, si possono assaggiare i piatti preparati dal giovane chef Mauro Boerchio, diplomato alla prestigiosa scuola Alma. A pag. 77



**JEAN-PIERRE WILEMSEN**
L'amministratore delgato della Domori, l'azienda distributrice del pregiato tè Damman Frères, ci svela i segreti di una bevanda antica e di uno storico marchio francese, approdato in Italia nel 2012. A pag. 40

**GIOVANNI FANCELLO**
Gastronomo, giornalista e scrittore sassarese, oltre che collaboratore di associazioni e quotidiani regionali, ci racconta la storia del gustoso puddighinu a pienu, il pollo ripieno alla sarda. A pag. 104




silikomart®
UNA FORMA CHE VI FARÀ
VENIRE IL "BATTICUORE"
BATTICUORE
L'amore passa anche per la gola e una vostra creazione a forma di cuore renderà tutto ancora più unico. La speciale bordatura interna conferirà una leggera forma arrotondata alla base come coronamento del vostro momento speciale.
100% PRODOTTO ITALIANO
IDEATO
PRODOTTO
CONFEZIONATO
IN ITALIA
REGISTERED DESIGN
MADE IN ITALY
shop.silikomart.com
You Tube
Silikomart S.r.l. • Mellaredo di Pianiga (VE) Italy • Tel +39 041 5190550

# INDICE

## LE RICETTE DI FEBBRAIO 2017

### ANTIPASTI, FOCACCE, PANINI E TORTE SALATE



### PRIMI



### SECONDI



### CONTORNI, VERDURE E SALSE



### DESSERT E BEVANDE



## INDIRIZZI

- **100 Fa Vintage**, www.100fa.it
- **Alessi**, www.alessi.com
- **Asa Selection distr. da Merito**, www.asa-selection.com - www.merito.it
- **Arzberg**, distribuito da Sambonet, www.sambonet.it
- **B.Morone**, www.bmorone.it
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Bloomingville**, in vendita da Ila Malù, www.ilamalu.com
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Caterina Von Weiss**, www.caterinavonweiss.eu
- **Chantal Delorme**, www.chantaldelorme.it
- **CoinCasa**, www.coincasa.it
- **Comtesse**, www.comtesse.it
- **Covo**, www.covo.it
- **Dammann Frères**, www.dammann.fr
- **DaTerra**, www.daterrawithlove.pt
- **Designers Guild**, www.designersguild.com
- **Essent'ial**, www.essent-ial.com
- **FG - Francesca Gandini**, www.fraterraecielo.org.it
- **Fiorirà un Giardino**, www.fioriraungiardino.com
- **Fiskars**, www.fiskars.it
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Graef**, distribuito da Künzi, www.kunzi.it
- **Gruppo Abele di Verbania Onlus**, www.gruppoabeledverbania.org
- **Guzzini**, www.fratelliguzzini.com
- **Henriette**, distribuito da Marino Cristal, www.marinocristal.com
- **Ikea**, www.ikea.com
- **Jars**, in vendita da Ila Malù, www.ilamalu.com
- **Jars Céramistes**, www.jarsceramistes.com
- **KitchenAid**, www.kitchenaid.it
- **KnIndustrie**, www.knindustrie.it
- **Koziol**, distribuito da Merito, www.merito.it
- **L'Arte nel Pozzo**, www.artenelpozzo.it
- **L'Erbavoglio**, www.lerbavoglio-brera.com
- **laRinascente**, www.larinascente.it
- **Linum**, www.linumdesign.com
- **MCM Emballages**, www.mcm-europe.it
- **Madame Gioia Home**, www.madamegioiahome.it
- **Made a Mano**, www.madeamano.it
- **MaiUguali**, www.maiuguali.it
- **Marimekko**, www.marimekko.com
- **Marina C.**, www.marinac.it
- **Mastrad**, distribuito da Maino Carlo, www.mainocarlo.it
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Novità Home**, www.novitahome.com
- **Once Milano**, www.oncemilano.com
- **Pantone**, distribuito da Künzi, www.kunzi.it
- **Puebco**, www.puebco.it
- **Sen**, www.sen-factory.it
- **Raw**, www.rawmilano.it
- **Reichenbach**, www.porzellanmanufaktur.net
- **Richard Ginori 1735**, www.richardginori1735.com
- **Rina Menardi**, www.rinamenardi.com
- **Risano Marmi**, www.risanimarmi.it
- **Royal Doulton**, distribuito da B.Morone, www.bmorone.it
- **Sambonet Paderno Industrie**, www.sambonet.it
- **Sen**, www.sen-factory.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Società Italiana Lastre**, www.sil-lastre.com
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **TVS**, www.tvs-spa.it
- **Tescoma**, www.tescomaonline.com
- **Tognana Porcellane**, www.tognanaporcellane.it
- **Villeroy&Boch**, www.villeroy-boch.it
- **Viridea**, www.viridea.it
- **WD Lifestyle**, www.wdlifestyle.it
- **Wedgwood**, distribuito da B. Morone, www.bmorone.it
- **Zak!designs**, distribuito da Maino, www.zak-designs.eu - www.mainocarlo.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com


Piacere, Mielizia.
Noi siamo la filiera del miele italiano
Controllato, garantito, ma soprattutto buono, sano e autentico: è il nostro miele, lo conosciamo bene perché lo facciamo noi, in Italia. Seguiamo ogni fase della lavorazione e ogni giorno ci prendiamo cura delle nostre api, rispettando l'ambiente, per poter offrire sempre prodotti eccellenti, dai sapori diversi e con tante qualità. Un vero Piacere.
Mielizia
Miele Italiano di Acacia
Noi Apicoltori in Emilia Romagna
Mielizia
Attrazione Naturale
www.mielizia.com
Scopri la nostra storia, i prodotti e le ricette su
You Tube

## LE 10 MIGLIORI RICETTE CON IL RADICCHIO

Il vero radicchio rosso di Treviso tardivo Igp è croccante e ha un sapore straordinariamente dolce. Le note amarognole che in altre varietà sono più marcate, qui sono quasi impercettibili. Si tratta di una vera eccellenza italiana che sul nostro sito è valorizzata in tante ricette diverse, dai cannelloni al risotto, dalla pizza ai contorni più appetitosi.











## LA NEWS PIÙ LETTA

Le bustine del tè, una volta usate, possono essere ancora utili. Sul nostro canale news spieghiamo come riciclarle e impiegarle per la cura della casa, del giardino e della persona. Questo è risultato l'articolo più letto del mese, seguito da pezzi che parlano di tendenze food, alimentazione sana e suggerimenti per fare la spesa in modo consapevole e spendendo meno.

# Festoso febbraio

### TRA MARTEDÌ GRASSO E FESTA DEGLI INNAMORATI, LE OCCASIONI SPECIALI NON MANCANO. E IL NOSTRO SITO SI FA PIÙ CREATIVO E RICCO CHE MAI



## LA PIÙ AMATA

Lo strudel di mele è un dolce classico di origini austriache a base di mela, uvetta e pinoli. In Italia è una specialità del Trentino Alto Adige, dove se ne gustano di buonissimi, serviti orgogliosamente dalla colazione al dopo cena. Sul nostro sito si trova una ricetta tradizionale, spiegata con tante foto abbinate ai vari passaggi del procedimento, in modo che sia più semplice prepararlo anche per chi è alle prime armi. Per servirlo potete cospargere il dolce con zucchero a velo, oppure accompagnarlo con un ciuffo di panna o di crema

## CARNEVALE LIGHT

Croccanti e friabili, ricoperte da un velo di zucchero e con un intrigante retrogusto di limone. Sono le chiacchiere, il dolce simbolo del Carnevale, atteso per tutto l'anno da grandi e piccini. Sul nostro sito trovate le varianti più golose, ma abbiamo pensato anche di postarne una versione alleggerita. Anziché friggerle, abbiamo optato per la cottura al forno. Il risultato è strepitoso: il dolce risulta più leggero e ugualmente croccante.





## SPECIALE SAN VALENTINO

Per chi festeggia San Valentino le idee non mancano. Nel nostro speciale ci sono tanti piatti raffinati ed eleganti, ma anche rapidi e di grande effetto per una cena indimenticabile. Chi ama i dolci può sbizzarrirsi, provando una delle tante ricette di biscotti speziati, torte e mousse al cucchiaio.


HOME MADE WITH LOVE
In Tescoma siamo grandi fan del "fatto in casa", con ingredienti freschi di stagione e a km zero. E tu sai resistere alla tentazione di preparare un piatto genuino, fatto con le tue mani? Basta aprire la dispensa e lasciare spazio alla creatività. Agli utensili pensiamo noi: nel nostro assortimento di oltre 2.000 prodotti troverai un'infinità di accessori di cui non potrai più fare a meno per preparare i piatti di tutti i giorni e i menu per le grandi occasioni. In Tescoma abbiamo tutti gli ingredienti giusti per le tue ricette.
macchina per la pasta
DELÍCIA art. 630872
tescoma
tescoma®
SHOP
www.tescoma.it
Numero Verde
800777546
la passione in cucina.




# Ritorniamo alla natura, dissero le fragole.

E con un grande balzo saltarono nel vaso della confettura Darbo assieme alle altre fragole. Questo è anche del tutto naturale, quando si sa, che ogni vaso contiene solo la qualità migliore. Se anche Lei vuole seguire il richiamo della natura, alla prossima colazione provi le eccellenti confetture di Darbo in tanti insuperabili gusti. Per maggiori informazioni sulle nostre confetture visitate **www.darbo.com**

d'arbo Naturrein

Il pieno sapore della natura.



# Prendilo per la gola!

## UNA PENTOLA DIMENTICATA, UNA TRIPPA DA CONQUISTA, UNA LETTERA D'AMORE. CUORE E CUCINA SI INCONTRANO IN UNA STORIA BELLISSIMA. A CUI SI AGGIUNGONO TANTE SFIZIOSE IDEE D'INVERNO

**ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette di Francesca Moscheni e Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello**




**Laura Maragliano**

Cibo e amore s'intrecciano, ma spesso è proprio il primo che fa scoccare la freccia a Cupido. D'altra parte non è un mistero che le madri di una volta invitassero le figlie a trovare marito, o a tenerselo stretto, con una frase che era un piccolo trattato di filosofia spicciola: "prendilo per la gola". Pertanto, potrete capire il mio stupore, quando davanti a me si è materializzato, su una bancarella del Mercatone dell'Antiquariato sui Navigli, il libro di Lorenzo Totò "Prendilo per la gola". È stato un "coupe de foudre" e una fortunata coincidenza (anche queste servono per trovare un compagno). Ed ecco com'è nata la rubrica di questo mese. Nella prefazione del libro, pubblicato nel 1972, scritta da Luigi Carnacina si legge che "la cucina di Totò è stata invitata ovunque si cercasse di riscoprire il gusto dell'autenticità". Marchigiano di nascita, toscano di adozione, Lorenzo Totò scomparso alcuni anni fa è stato forse uno tra i primi cuochi televisivi, nel 1987 come chef ufficiale della trasmissione Uno Mattina e nel 1988 come protagonista di un programma giapponese. A Lucignano, in Val di Chiana, dove negli anni '80 aprì L'Albergo Osteria da Totò, gestito ancora oggi dai figli, sono passati nomi illustri di attori, cantanti, sportivi e politici. Autore instancabile (sei libri di ricette) scrive in "Prendilo per la gola": "Il mio libro non vuole assolutamente insegnarvi ad avvelenare i vostri mariti ma soltanto a tenerveli più stretti con un piccolo sforzo e con grandi risultati... In verità la donna, per sua natura, possiede le doti necessarie per accontentare anche i mariti più difficili... Le mie ricette sono pratiche e casarecce, con le quali voglio dimostrare che per fare un pranzo non occorrono grandi cose". La ricetta che ho scelto per voi non è certo afrodisiaca, ma sono sicura che le "trippe marinate alla Gavotti" sono perfette per uomini buongustai. E mi piace pensare che questo piatto sia stato cucinato nella brasiera che vedete qui accanto, trovata dalla mia collega Barbara in una casa da ristrutturare. La pentola conteneva una lettera d'amore di cui vi riporto alcune righe: "Cara Mary, ti voglio confermare che sono molto contento di averti sposata, ho trovato in te una moglie ottima che ha dimostrato di volermi tanto bene e di sacrificarsi per me in ogni circostanza... Con tanto affetto, tuo per sempre. Sergio". Chissà se Mary possedeva il libro di Lorenzo Totò.

*> segue a pag. 12*

# Il giorno dopo è più buona

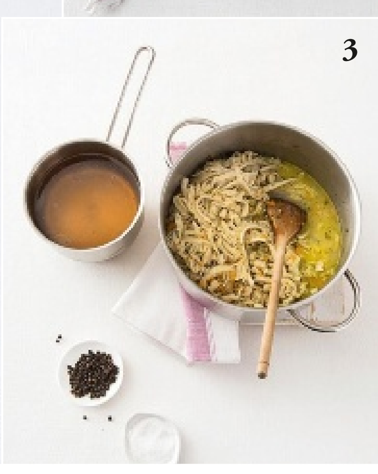
Questa gustosa trippa si prepara in due tempi. Da un lato si cuoce una tradizionale trippa con il classico battuto da soffritto, dall'altro si prepara una marinata con verdure e aromi da far restringere leggermente sul fuoco. A questo punto si versa il liquido della marinata sulla trippa cotta e il gioco è fatto. I passaggi sono semplicissimi, ma per un risultato a regola d'arte occorre un riposo di una notte in frigo o in ambiente fresco.












## TRIPPE IN MARINATA ALLA GAVOTTI

**PER 8 PERSONE**
**1,5 kg di trippa mista (centopelli, chiappa, rosetta) - 2 carote - 2 costole di sedano - 2 cipolle - 2 spicchi di aglio - 1 rametto di rosmarino - un mazzetto di prezzemolo - 3 foglie di alloro - 1 chiodo di garofano - 1 litro di brodo - 6 dl di vino bianco secco - 1/2 litro di aceto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani**

● **1** Riducete la trippa a striscioline sottili. Tagliate a fettine le cipolle, 1 carota e 1 costola di sedano. Tritate sepratamente il prezzemolo, la carota e il sedano rimasti. In una pentola, fate soffriggete metà delle cipolle e il trito di carote e sedano con abbondante olio, 1 spicchio di aglio, il rosmarino e un po' di prezzemolo. Unite la trippa e, dopo averla rosolata, sfumate con 1 dl di vino. Aggiungete brodo sufficiente a coprire la trippa, profumate con una macinata di pepe e cuocete per 30-40 minuti. Regolate di sale se necessario.
● **2** Intanto, in un'altra pentola, disponete il sedano, la carota e la cipolla rimasti, un po' di prezzemolo, l'alloro, qualche grano di pepe, il chiodo di garofano, l'aglio restante, il vino rimasto, l'aceto e 1 bicchiere di olio. Salate il tutto e lasciate consumare sul fuoco per almeno mezz'ora. Quindi eliminate le verdure prelevandole con un colabrodo.
● **3** Spolverizzate la trippa con ancora un po' di prezzemolo tritato e versatevi sopra il liquido della marinata. Passate in frigo e lasciate in infusione 12 ore. Riscaldate prima di servire.

*Ricetta tratta e rielaborata dal volume "Prendilo per la gola" (EBE Editore).*



## Risottini al salto pronti all'uso

Con il risotto giallo avanzato (ma potete anche decidere di cucinarne un po' di più e farlo avanzare apposta), si ottiene una base perfetta per tanti piatti golosi da tenere pronta in freezer. Mettete un po' di risotto in un coppapasta di 8-10 cm di diametro, pressatelo bene con il dorso di un cucchiaio e sfilate l'anello. Allo stesso modo, preparate altri dischi di risotto, avvolgeteli uno a uno in carta da forno e conservateli in freezer. Quando volete utilizzarli, fateli scongelare in frigo e friggeteli al burro da ambo i lati in modo che si crei una crosticina dorata. Sono ottimi come primo piatto con una spolverizzata di parmigiano reggiano, possono arricchire un buffet e si accompagnano alla perfezione con funghi trifolati, spezzatini, fondute di formaggio, verdure lessate e glassate al burro, polpettine in umido e intingoli di pesce o crostacei. Questi sfiziosi medaglioni possono essere preparati anche con il risotto alla parmigiana, al radicchio, alla salsiccia e al vino rosso.

## Tutto sulla farina di ceci

Assolutamente gluten free, è un ingrediente eclettico che ricorre in tante ricette vegane e della tradizione italiana, come le panelle siciliane, la cecina toscana e una gran varietà di ricette liguri, dalla panissa ai cuculli passando per la mitica farinata: per prepararla si mischiano 300 ml di acqua ogni 100 di farina, si lascia riposare qualche ora, si incorpora 1 dl di olio e una buona presa di sale e si cuoce in forno caldo a 250° per 20 minuti (la teglia deve essere bassa e larga, in modo che la miscela abbia uno spessore di 1 cm). La farina di ceci è protagonista delle pakoras (frittelle speziate alle verdure) e dei papadum (schiacciatine croccantissime) indiani, della socca francese (simile alla farinata) e dello scirò etiope (una vellutata speziata). E la si può usare, opportunamente mescolata con altri ingredienti, per preparare pani, biscotti dolci o salati, pancakes, crêpes, pizze e pizzette, polpette e pastelle. Lavorata con l'acqua ha lo stesso potere addensante delle uova (2 cucchiai di farina con poca acqua per ogni uovo eliminato). Infine si può usarla anche per fare la pasta, ma è necessario denaturarla, cioè tostarla in forno a 90° per almeno 3 ore.





## San Valentino mon amour

Se il 14 febbraio volete fare una dedica speciale alla vostra dolce metà, ecco una piccola idea: le bustine di tè a forma di cuore per una colazione o una merenda a tutto romanticismo. Ecco come procedere: procuratevi dei filtri da caffè all'americana, sovrapponeteli due a due e, con una matita, disegnatevi un cuore. Quindi ritagliateli tenendo 1/2 cm di abbondanza dal disegno. Con del filo rosso (messo doppio), cucite i cuori lungo la linea disegnata e, prima di finire la cucitura, riempiteli con un mix di tè verde e boccioli di rose essiccati (in erboristeria). Completate la cucitura, lasciate circa 10 cm di filo per poter appendere la bustina alla tazza e, al posto dell'etichetta, cucite un cuoricino di cartone. Se avete tempo, potete preparare una decina di bustine e utilizzarle come piccolo cadeaux confezionandole in un sacchettino di carta con dedica. Questa idea regalo può essere sfruttata in mille altre occasioni, anche cambiando a vostro piacimento la forma delle bustine.

## Golosi cucchiaini da mangiare

Imburrate un foglio di carta da forno, disponetelo su una teglia e adagiatevi della pasta frolla o brisèe pronta. Imburrate dei cucchiaini in acciaio inox dalla parte bombata e appoggiateli sulla pasta. Intagliate la pasta intorno ai cucchiaini ed eliminate l'eccesso (potrete impastarla di nuovo e utilizzarla per altri cucchiaini). Mettete la teglia in forno caldo a 180° lasciando i cucchiaini di acciaio su quelli di pasta e cuocete per 10-15 minuti. Per una versione ancora più golosa, fate sciogliere a bagnomaria del cioccolato, intingetevi i cucchiaini di frolla e lasciateli rapprendere in frigo per 2 ore. Oppure preparateli interamente di cioccolato: basta procurarsi uno stampo in silicone per cucchiaini e riempire le cavità con il cioccolato fuso (poi in frigo per 2 ore, come sopra). Potete anche crearli in tonalità diverse utilizzando cioccolato al latte, fondente e bianco.



# LA NOSTRA SCUOLA
CORSI&EVENTI



## L'ARTE DI CONSERVARE
Saporite cipolline sott'aceto, una croccante giardiniera sott'olio preparata a crudo e deliziosi pomodorini confit pronti per arricchire i piatti più diversi. È quanto propone la chef Monica Sartoni Cesari per avere sempre pronti in dispensa i sapori dell'orto. Senza dimenticare il dolce con la composta di mele con uvetta e pinoli cotta in forno e le scorze di arancia candite.
Martedì 24 gennaio dalle 18.30 alle 21.30.



## FANTASIA PER GRANDI E PICCINI
Di facile realizzazione, la torta con le mandorle, il pirottino con le verdure e l'ananas colorato sono ricette di grande soddisfazione e alla portata di tutti. L'ideale per vedere insieme ai fornelli grandi e piccini guidati dalla chef Daniela Pignatti.
Domenica 12 febbraio, dalle 5 alle 17.30.





## LA FRITTURA PERFETTA
Dagli ingredienti giusti ai segreti dell'esperto, tutto quello che bisogna sapere per una frittura perfetta. La chef Monica Sartoni Cesari spiega come si sceglie e si porta in temperatura l'olio, come si preparano la panatura e la pastella, quali sono i tempi di cottura. Ecco così pronti croccantissimi gamberi in pasta fillo, esotici tempura di gamberetti in pane panko e gustosi cordon bleu di pollo. Inoltre, in vista del carnevale, la ricetta per le frittelle di mele in pastella.
Martedì 31 gennaio dalle 18.30 alle 21.30.

## DOLCI BUONISSIMI SENZA BURRO
Grazie alla chef Eva Golia, si impara come preparare 4 sorprendenti dessert pieni di gusto anche rinunciando al burro: la crostata di pasta frolla con farina di mandorle e confettura al pompelmo rosa, la torta morbida con le nocciole e vaniglia, la mousse al cioccolato fondente al profumo di Earl Grey e il budino di semi di chia.
Mercoledì 1 febbraio dalle 18.30 alle 21.30.



## ABC DELLA PANIFICAZIONE
Un vero e proprio corso su tutto quanto riguarda pane, pizza e focaccia. Gli chef Eva Golia e Matteo Scibilia tengono quattro lezioni su: come preparare, rinfrescare e conservare la pasta madre; come utilizzare al meglio il lievito di birra; come realizzare impasti con farine diverse comprese quelle gluten free; ricette per pizze e focacce classiche e gourmet.
Sabato 18 e domenica 19 febbraio.



**SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE**
***Presso Ca'puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)***
***Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it***

**Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it**
***www.facebookcom/ScuolaCucinaSaleePepe - #TalentoInCucina***



# Il sapore della montagna

## IL PANE, GLI ORTAGGI DEL SOTTOSUOLO, LA CARNE ROBUSTA... GLI INGREDIENTI PIÙ SEMPLICI INTERPRETANO UNO STRAORDINARIO MENU GOURMAND

**testo di Cristiana Cassé, ricette di Livia Sala, foto di Cristina Galliena Bohman, styling di Deborah Piana Agostinetti. Scelta dei vini di Sandro Sangiorgi.**
**Si ringraziano per l'ospitalità gli architetti Gian Mario Tonossi e Kate Moore dello Studiocinquevie**

La suggestione di una vetta innevata, la soddisfazione di esserci sopra, quel silenzio innaturale che stordisce. E poi il freddo. Così acuto e secco che la casa diventa un porto di salvezza. Dentro c'è il camino acceso, ci sono le voci degli amici e profumi buoni che arrivano dalla cucina. In pentola bollono gli ingredienti di montagna, quelli che si trovano lì, rinnovati però nello spirito da sapienti tocchi creativi. Un menu di grande soddisfazione, non strettamente regionale, ma con qualche spunto sabaudo. Perfetto per un'indimenticabile giornata in quota.

*> segue a pag. 20*





## SUA MAESTÀ IL FORMAGGIO E LE SUE CONFETTURE

Grazie al latte d'alpeggio e alla tradizione pastorale ancora viva, le montagne italiane vantano una produzione casearia che dà sempre grandi soddisfazioni. Quando c'è un pranzo in vista, vale la pena tenere pronti almeno un paio di formaggi locali e un buon corredo di confetture o chutney di frutta e verdura per accompagnare. Un jolly per arricchire l'antipasto, per fugaci spuntini in caso di fame o per una merenda dopo lo sci.

Tagliere di cartone Essent'ial, barattolini in vetro MCM Emballages. Indirizzi a pagina 6





**BUDINI DI RAPE CON SALSA VERDE ALLE NOCI**
Pelate 300 g di rape, tagliatele a tocchetti e cuocetele a vapore finché saranno tenere. Frullatele con 2 uova, 25 g di parmigiano reggiano, 150 g di ricotta e 100 g di mascarpone. Salate, pepate e versate il composto in 4 stampini di silicone di 10 cm di diametro. Cuocete in forno caldo a 170° per 25 minuti. Intanto, lavate e asciugate una manciata di foglie di prezzemolo e frullatele con frullatore a immersione con 40 g di gherigli di noce, 1/2 spicchio aglio, 4 filetti di acciuga, 1/2 cucchiaio di aceto, 4 cucchiai di olio e una macinata di pepe. Estraete i budini dagli stampi, sistemateli nei piatti e completate ognuno con un po' di salsa verde, 1 filetto di acciuga e una fogliolina di prezzemolo.
Per 4 persone

*> segue da pag. 18*

Le umili rape sono protagoniste di un delizioso budino legato con uova, parmigiano e ricotta. Di gusto delicatissimo, trova un piacevole contrasto con la salsa verde piemontese arricchita dalle noci e da un'immancabile acciughina. Ancora ortaggi del sottosuolo per il secondo antipasto, ma questa volta si tratta di carote e barbabietola che, alternate a strati con un formaggio di capra fresco, compongono una terrina policroma davvero insolita. Va servita già affettata per premiare l'effetto scenico e con accanto una ciotolina di olio all'aglio, che è il tocco perfetto per completare la personalità del piatto.

*> segue a pag. 22*





Tovaglia in lino Society, piatto Serax, ciotolina artigianale Caterina Von Weiss. Nella pagina a fianco, centrotavola in legno grezzo, Serax, ciotolina in ceramica artigianale, Caterina Von Weiss, cucchiaino Bitossi Home. Indirizzi a pagina 6

## TERRINA DI CAROTE, BARBABIETOLA E FORMAGGIO DI CAPRA

Spellate una grossa carota arancione e 1 grossa carota viola e cuocetele a vapore. Poi tagliatele a fettine nel senso della lunghezza. Spellate 1 barbababietola cotta al vapore e riducete a fettine anch'essa. Salate leggermente tutte le verdure. Lavorate 300 g di formaggio fresco di capra in modo da ammorbidirlo e insaporitelo con un po' di timo fresco tritato e pepe. Foderate uno stampo a cassetta da 1/2 litro con pellicola trasparente e riempitelo alternando a strati il formaggio e le verdure a fette. Richiudete la pellicola sopra la terrina e pressate leggermente in modo da compattare il tutto. Fate riposare in frigo per 2 ore. Nel frattempo tritate 1 spicchio di aglio e mescolatelo in una ciotolina con 1/2 dl di olio. Togliete la terrina dallo stampo aiutandovi con la pellicola e servitela a fette con l'olio all'aglio accanto. Decorate con foglioline di timo. Per 4 persone



**Zuppa di pancotto con prosciutto di montagna e cipolle al miele**, pag. 26



Tovaglia Marimekko, tovagliolo in lino Society, tagliere Puebco, cucchiaino Bitossi Home, ciotola nera KnIndustrie. Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 20*

Rapito dall'immobilità dello scenario innevato, lo sguardo corre spesso alla finestra e gode di quella magia per cui la neve, la cosa più algida che si possa immaginare, ha l'effetto di scaldare il cuore. Vien voglia di un bicchiere di vino. Un buon rosso per onorare la zuppa. E che zuppa! Il pancotto, quello alla maniera del nord, perché ce sono mille versioni in tutta Italia, è portatore sano di ricordi e tradizioni piemontesi e lombarde. Era il mangiare dei poveri, degli anni difficili, degli inverni rigidi, di quei nonni eroici nati nei primi del Novecento. Verdure, aromi, acqua e pane secco. Tutto qui, ma è buono e gustoso. E nella nostra rivisitazione, con le cipolle caramellate al miele e il prosciutto reso croccante in padella, è pure elegante, chi l'avrebbe mai detto. La bottiglia di rosso intanto è finita. Ne va stappata un'altra mentre si aspetta la carne. Ma eccola che arriva: un saporito filetto di maiale (magrissimo, tra l'altro) con una goduriosa salsa ai cramberries. La punta di dolce dei frutti rossi rende il sapore del piatto più rotondo e per il palato è davvero festa. Per accompagnare, sono speciali i finocchi stufati nella birra e serviti con timo fresco e scorza di limone.

> *segue a pag. 24*



FINOCCHI
ALLA BIRRA
Lavate 4 finocchi e tagliateli a spicchi. Scaldate 200 ml di birra chiara con qualche grano di pepe e 1 spicchio d'aglio pestato e fatela restringere di 1/3. Rosolate i finocchi in un tegame con 40 g di burro e un pizzico di sale. Bagnateli con la birra calda e proseguite la cottura a fiamma dolce per 25 minuti. Pepate a piacere e profumate con un battuto di timo fresco e scorza di limone.
Per 4 persone



Piatto Serax, ciotolina con becco Asa Selection, strofinaccio Puebco, grembiule Society. Foto a fianco, sedia in pelliccia Maison du monde. Foto sopra, vassoi Zak Design, posate Bitossi Home, pirofile nere Serax, caraffa Royal Doulton, tovaglioli Dedar e Marimekko, tovaglia Marimekko.
Indirizzi a pagina 6

Filetto di maiale con salsa ai cranberries, pag. 26



BERE GIUSTO
Il menu offre appassionanti spunti territoriali che riguardano il nord del Piemonte, al vino il compito di qualificarne la bellezza. Scegliamo un bianco, l'Erbaluce di Caluso, per i budini e la terrina a contrastare la sensazione di morbidezza espressa da ambo i piatti. A partire dalla sapidità della zuppa e soprattutto sulla fruttata densità del filetto serviamo il Prünent, Nebbiolo dell'Ossola, rosso autorevole e aristocratico. Per i dolci, un Passito a base di Moscato astigiano.



**Torta rovesciata di mele al miele e rosmarino**, pag. 26

Piatto da portata Serax. Nella pagina a fianco, foto vino e latte: vassoio in legno e bicchieri in ceramica Serax, tovagliolo Society; foto mousse: vasetti in vetro MCM Emballages.vassoio in ceramica Royal Doulton, cucchiaio in ceramica Serax, tovaglia in lino Society; foto tisana: tazza in porcellana fine Serax. Indirizzi a pagina 6



*> segue da pag. 22*

Dal Piemonte si sconfina in Francia con la spettacolare torta di mele rovesciata, che a chiamarla con il suo nome è una tarte tatin. La frutta affettata viene messa sul fondo della teglia su uno strato di miele o zucchero e quindi viene coperta con l'impasto. Il risultato è che le mele si caramellano e l'assaggiatore ne è più che mai felice. Poi, visto che al freddo si brucia di più, vale la pena di approfittarne servendo un secondo dolce (irresistibile), la mousse di marroni con le nocciole pralinate, che offre un gioco di consistenze piacevolissimo. Ora è quasi pomeriggio, la luce si raffredda, lo sguardo è ipnotizzato dal candore esterno, addormentarsi non è peccato... Chi invece ha il coraggio di uscire in veranda, potrà farlo con una bevanda calda: una tisana aromatica o uno sciüghèt di antica memoria. Cose semplici della cucina di una volta, che enfatizzano la sensazione di essere in un luogo non toccato dal tempo.



**VINO E LATTE (SCIÜGHÈT)**
Versate 1/2 bicchiere di vino rosso in un pentolino, con un frusta incorporate 1 cucchiaio di zucchero di canna e 1 cucchiaio di farina, quindi unite a filo 5 bicchieri di latte. Aggiungete una foglia di alloro e cuocete a fiamma dolce per 5 minuti dall'ebollizione continuando a mescolare finché il liquido raggiungerà una consistenza più cremosa. Versate in 4 tazze e decorate con foglie di alloro e bacche di  ginepro. Per 4 persone



Mousse di marroni con nocciole pralinate, pag. 26



**TISANA DI ROSA CANINA CON BUCCE DI MELE E ROSMARINO**
Portate a ebollizione 1 litro di acqua e versatelo su 12 g di bacche di rosa canina. Unite la buccia di una mela rossa ben lavata (stropicciatela un poco tra le mani) e lasciate in infusione per 5 minuti. Aggiungete un rametto di rosmarino e, dopo 1 minuto, incorporate 2 cucchiai di miele di acacia. Servite subito. Per 4 persone

## ZUPPA DI PANCOTTO CON PROSCIUTTO DI MONTAGNA E CIPOLLE AL MIELE

**PER 4 PERSONE**
**150 g di pane bianco raffermo - 60 g di prosciutto di montagna a fette - 1 litro di brodo - 2 scalogni - 1 costola di sedano - 1 cipolla rossa - 2 foglie di alloro - 1 cucchiaio di miele - 1 cucchiaio di aceto - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Tritate finemente gli scalogni con il sedano e fate appassire il battuto in una casseruola con un filo di olio e l'alloro. Spezzettate il pane ed unitelo al soffritto; coprite con il brodo caldo e lasciate sobbollire per 15 minuti circa, finché il pane sarà ridotto in crema.
● **2** Tagliate il prosciutto a striscioline, mettetelo su una placca foderata con carta da forno e passatelo qualche minuto sotto il grill del forno perché diventi croccante.
● **3** Tagliate la cipolla ad anelli e fatela appassire in padella con il burro. Salate, pepate e sfumate con l'aceto. Quando sarà evaporato, cospargete con il miele e lasciate caramellare leggermente le cipolle. Distribuite il pancotto in 4 piatti fondi e completate ciascuna con qualche strisciolina di prosciutto e un po' di cipolla. Pepate a piacere e servite.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 25 minuti** ● **260 cal/porzione**

## FILETTO DI MAIALE CON SALSA AI CRANBERRIES

**PER 6 PERSONE**
**600 g di filetto di maiale - 80 g di cranberries disidratati - 2 cucchiai di senape dolce - 1/2 cucchiaio di farina - 2 scalogni -1 ciuffo di salvia - 2 rametti di mirto - 1 bicchiere di vino rosso - 100 ml di succo di arancia - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale, pepe**

● **1** Spalmate il filetto di maiale con la senape, avvolgetelo con pellicola trasparente e lasciatelo marinare per mezz'ora. Fate rinvenire i cranberries nel succo d'arancia mescolato con 1/2 bicchiere di vino rosso.
● **2** Tritate gli scalogni e fateli appassire in un tegame con 10 g di burro, 2 cucchiai di olio e la salvia. Prelevate il soffritto e tenetelo da parte. Nello stesso tegame rosolate la carne, che avrete legato con qualche giro di spago da cucina. Unite il soffritto e sfumate con il vino rimasto.
● **3** Aggiungete quindi i cranberries e metà del loro liquido di ammollo. Salate, pepate, unite i rametti di mirto e cuocete a fiamma dolce per 15 minuti. Prelevate la carne dal tegame e avvolgetela in un foglio di alluminio. Lavorate il burro rimasto con la farina, unitelo al fondo di cottura della carne e lasciate addensare leggermente su fuoco dolce. Servite con la carne a fettine con il sugo.

**FACILE**
● **Preparazione 40 minuti**
● **Cottura 30 minuti** ● **516 cal/porzione**

## TORTA ROVESCIATA DI MELE AL MIELE E ROSMARINO

**PER 6 PERSONE**
**300 g di farina - 60 g di farina di mandorle - 3 uova - 190 g di burro - 250 g di zucchero di canna grezzo - 120 g di miele - 225 g di yogurt intero - 2 piccole mele rosse - mezzo limone - 1 rametto di rosmarino - 1 bustina di lievito vanigliato - burro e farina per lo stampo - zucchero a velo e rametti di pino per decorare**

● **1** Tritate gli aghi di rosmarino in modo da ottenerne 1 cucchiaio. Tagliate il burro a pezzetti e lasciatelo ammorbidire, poi montatelo con le fruste unendo lo zucchero di canna a pioggia, metà del miele e il rosmarino.
● **2** Aggiungete al composto un uovo alla volta, poi incorporate la farina setacciata con il lievito, quindi anche la farina di mandorle e infine lo yogurt.
● **3** Imburrate ed infarinate il bordo di uno stampo a cerniera da 24 cm e foderate il fondo con un disco di carta da forno. Lavate le mele, tagliatele a rondelle di 1/2 cm di spessore e spruzzatele con il succo del limone. Distribuite metà del miele restante sul fondo della tortiera e copritelo con parte delle mele. Versate un sottile strato di impasto, sistematevi sopra le mele rimaste e quindi unite il resto dell'impasto.
● **4** Cuocete la torta nel forno caldo a 180° per 50 minuti. Lasciatela intiepidire, poi aprite la cerniera e rigirate la torta su una gratella eliminando la carta da forno. Irrorate con il miele rimasto e rifinite con poco zucchero a velo appena prima di servire. Decorate con i rametti di pino e "innevateli" con un po' di zucchero a velo. Se vi piace, accompagnate con panna montata leggermente zuccherata.

**MEDIA** ● **Preparazione 40 minuti**
● **Cottura 50 minuti** ● **448 cal/porzione**

## MOUSSE DI MARRONI CON NOCCIOLE PRALINATE

**PER 6 PERSONE**
**250 g di nocciole spellate - 225 g di crema di marroni - 110 g di zucchero semolato - 125 g di mascarpone - 200 ml di panna fresca - una noce di burro**

● **1** Tostate leggermente le nocciole in forno. Versate lo zucchero e 45 ml di acqua in una casseruola e fate sobbollire lo sciroppo per 1 minuto a fuoco dolce. Quindi unite le nocciole, togliete dal fuoco e mescolate con un cucchiaio di legno finché lo sciroppo di zucchero sarà completamente cristallizzato in uno strato bianco opaco intorno alle nocciole.
● **2** Mettete sul fuoco e, continuando a mescolare, fate nuovamente sciogliere lo zucchero intorno alle nocciole. Quando sarà ambrato e ben lucido, togliete dal fuoco e incorporate il burro.
● **3** Mescolate velocemente e rovesciate le nocciole su un foglio di carta da forno: separatele aiutandovi con due forchette, lasciatele raffreddare e tritatene grossolanamente 2 terzi.
● **4** Montate la panna con il mascarpone e quindi incorporate la crema di marroni. Al momento di servire, componete le coppette alternando a strati la crema e le nocciole tritate. Completate con le nocciole intere tenute da parte.

**FACILE**
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 5 minuti** ● **615 cal/porzione**




Per preparare i prodotti Bauer, carote, patate, pomodori, cipolle, porri e prezzemolo devono essere di primissima qualità, selezionati, e provenire da coltivatori che seminano, curano e raccolgono la verdura con attenzione e dedizione. **Perché chi acquista Bauer merita il meglio.**




**Bauer. Facile scegliere la bontà.**

www.bauer.it

# CLUB DEGLI EDITORI

# Perché leggere... conviene!

**Da oltre 50 anni il Club propone i migliori titoli del panorama italiano e internazionale con uno straordinario risparmio sulle edizioni in commercio.**

## 3 best seller a scelta



**a solo € 3,00**

(+ € 2,99 per spese di imballo e spedizione)

- Su lic. Garzanti — **PREZZO CLUB € 14,88** — 396 pag. Cod. **840504**
- Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 16,00** — 360 pag. Cod. **840934**
- Su lic. Longanesi — **PREZZO CLUB € 17,60** — 912 pag. Cod. **840942**

## Speciale OMAGGIO DI BENVENUTO

*Il Cofanetto* **I dolcetti di San Valentino**



Il cofanetto contiene: un libro di ricette di 48 pagine e uno stampo in silicone a forma di cuore.

- Su lic. Boringhieri — **PREZZO CLUB € 12,90** — 588 pag. Cod. **17574**
- BROSSURA — Originale Club — **PREZZO CLUB € 7,90** — 176 pag. Cod. **828210**
- 16 TAVOLE A COLORI — Originale Club — **PREZZO CLUB € 12,90** — 304 pag. Cod. **833103**
- BROSSURA — Su lic. Sonzogno — **PREZZO CLUB € 13,20** — 256 pag. Cod. **834705**
- Su lic. Piemme — **PREZZO CLUB € 15,60** — 312 pag. Cod. **835041**
- Originale Club — **PREZZO CLUB € 14,60** — 312 pag. Cod. **836817**
- Su lic. Sperling&Kupfer — **PREZZO CLUB € 15,92** — 504 pag. Cod. **837005**
- Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 14,80** — 288 pag. Cod. **838375**
- Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 13,52** — 360 pag. Cod. **838748**
- Originale Club — **PREZZO CLUB € 12,90** — 304 pag. Cod. **838896**
- Su lic. Piemme — **PREZZO CLUB € 15,92** — 372 pag. Cod. **839068**
- Su lic. Feltrinelli — **PREZZO CLUB € 14,40** — 348 pag. Cod. **839076**
- 24 ILLUSTRAZIONI BN / DOCUMENTI / AUTOGRAFI ORIGINALI — Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 15,60** — 240 pag. Cod. **839118**
- Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 14,40** — 304 pag. Cod. **839134**
- BROSSURA — PREMIO BANCARELLA 2016 — Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 14,80** — 228 pag. Cod. **839233**
- BROSSURA — Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 14,16** — 1080 pag. Cod. **839365**
- PER ADULTI — Su lic. Longanesi — **PREZZO CLUB € 13,52** — 408 pag. Cod. **839373**
- Su lic. Sperling&Kupfer — **PREZZO CLUB € 15,92** — 528 pag. Cod. **839613**
- Su lic. Corbaccio — **PREZZO CLUB € 13,52** — 364 pag. Cod. **839621**
- Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 16,00** — 560 pag. Cod. **839738**
- BROSSURA — Su lic. Einaudi — **PREZZO CLUB € 13,20** — 192 pag. Cod. **839902**
- Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 15,60** — 228 pag. Cod. **839993**
- BROSSURA — PER ADULTI — Su lic. Mondadori — **PREZZO CLUB € 11,92** — 336 pag. Cod. **840017**
- BROSSURA — PREMIO CAMPIELLO 2016 — Su lic. Einaudi — **PREZZO CLUB € 16,00** — 408 pag. Cod. **840041**
- PREMIO STREGA 2016 — Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 17,60** — 1440 pag. Cod. **840413**
- 24 TAVOLE A COLORI — Su lic. Rizzoli Editore — **PREZZO CLUB € 16,00** — 396 pag. Cod. **840439**
- BROSSURA — Su lic. Tea — **PREZZO CLUB € 10,40** — 176 pag. Cod. **840538**
- BROSSURA — Su lic. A. Vallardi Editore — **PREZZO CLUB € 11,12** — 336 pag. Cod. **840546**
- Su lic. Sperling&Kupfer — **PREZZO CLUB € 15,92** — 372 pag. Cod. **840744**
- Su lic. Sperling&Kupfer — **PREZZO CLUB € 15,92** — 516 pag. Cod. **840769**
- Su lic. La Nave di Teseo — **PREZZO CLUB € 13,20** — 160 pag. Cod. **840926**
- BROSSURA — Su lic. Einaudi — **PREZZO CLUB € 14,40** — 344 pag. Cod. **841429**







# Orto d'inverno

## LE GELATE NOTTURNE RADDOPPIANO IL GUSTO E LA CROCCANTEZZA DI FINOCCHI, CAVOLI, CARCIOFI E RADICI, CHE DIVENTANO I PROTAGONISTI DI ANTIPASTI, ZUPPE E CONTORNI

**a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Alessandra Avallone, foto di Felice Scoccimarro/Alkèmia, styling di Sara Farina. Si ringrazia il Gruppo Abele di Verbania Onlus**







Le foto degli ortaggi sono state realizzate negli orti della Comunità Gruppo Abele di Verbania Onlus. Presso l'Associazione è anche possibile acquistare frutta e verdura al dettaglio. Indirizzo a pagina 6



## FINOCCHI FARCITI CON INSALATA DI ARANCE

**PER 4 PERSONE**
3 finocchi - 12 fette di pancetta affumicata - 100 g di stracciatella - 2 cucchiai di sciroppo d'acero - 2 cucchiaini di aceto di vino bianco - 1 arancia non trattata - 1 mazzetto di finocchietto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero in grani

● **1** Pulite i finocchi e tagliateli in modo da ricavare 12 spicchi. Cuoceteli 15 minuti in acqua bollente salata, scolateli e lasciateli asciugare su un canovaccio. Avvolgete attorno a ciascuno spicchio una fetta di pancetta affumicata e spennellate con una miscela di sciroppo d'acero, aceto e qualche grano di pepe. In una padella ben calda con 2 cucchiai d'olio rosolate gli spicchi di finocchio, girandoli 2-3 volte fino a quando la pancetta risulta croccante.

● **2 M**escolate l'arancia non sbucciata e tagliata a fettine con il finocchietto tritato grossolanamente, condite con 2 cucchiai d'olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Servite gli spicchi di finocchio caldi accompagnandoli con l'insalatina di arance e un cucchiaio di stracciatella.

**FACILE** ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 30 minuti ● 223 cal/porzione

FINOCCHI

Quelli dalla forma allungata sono più fibrosi e dunque più adatti alla cottura, al vapore, al forno o al gratin; quelli tondi, più carnosi, sono ideali in pinzimonio. In questo caso, tuffateli sempre in acqua e ghiaccio: non si ossideranno e risulteranno più croccanti e teneri.





Tovagliolo 100% lino Society Limonta, fondo in ardesia Risani Marmi. Nella pagina accanto, vassoio in ceramica bianca smaltata Viridea, runner 100% lino Society Limonta. Indirizzi a pagina 6

CAVOLO NERO
Con il suo sapore leggermente amarognolo e la foglia allungata questa varietà di cavolo è uno degli ingredienti della cucina tradizionale toscana, come nel caso della ribollita. Un trucco è aggiungerne qualche foglia lessata e strizzata per arricchire i semplici spaghetti aglio, olio e peperoncino.



## GRAN MIX DI ORTAGGI AL FORNO

**PER 4 PERSONE**
**1 pastinaca - 1 carota arancione grande - 1 carota gialla grande - 150 g di broccoletti - 4 scalogni - 2 teste di indivia belga - le foglie di 1 cespo di cavolo nero - 1 patata dolce grande - 1 rametto di rosmarino - 1 cipollotto - 1 cucchiaio di capperi sott'aceto - 1 cucchiaio di miele - 1 cucchiaio di aceto - 2 cucchiai di semi di sesamo nero - olio extravergine d'oliva - sale**

● **1** Mondate tutti gli ortaggi, tagliate a bastoncini la patata dolce, la pastinaca e le carote, sbucciate e dividete a metà gli scalogni, spezzettate le foglie del cavolo nero, dividete i broccoletti in cimette e riducete l'indivia a spicchi. Riunite tutti gli ortaggi in una teglia, conditeli con 2 cucchiai di olio e cuoceteli in forno a 180° per 50 minuti circa, mescolandoli ogni tanto; alzate la temperatura a 220° e cuocete per altri 10 minuti. Regolate di sale solo alla fine.
● **2** Tritate finemente gli aghi di rosmarino, trasferiteli nel mixer con il cipollotto affettato, i capperi e il miele. Frullate aggiungendo 1/2 dl di olio a filo, l'aceto e un pizzico di sale. Spolverizzate le verdure arrostite con il sesamo nero e servitele nappandole con la salsa preparata.

**FACILE ● Preparazione 1 ora ● Cottura 1 ora ● 100 cal/porzione**



## MOUSSAKA DI PORRI, SALMONE E PATATE

**PER 4 PERSONE**
**1 grosso porro - 2 acciughe sott'olio - 400 g di filetto di salmone - 2 limoni non trattati - 400 g di patate lessate - 1 bicchierino di vino bianco secco - 1/2 dl di latte - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Staccate delicatamente le prime 4 foglie del porro, sbollentatele 3 minuti e scolatele sopra un canovaccio. Salate generosamente il filetto di salmone e dopo 15 minuti sciacquatelo e asciugatelo, tagliatelo a dadini, conditelo con una macinata di pepe e la scorza di 1 limone grattugiata.
● **2** Passate le patate con lo schiacciapatate e stemperatele con il latte caldo. Sciogliete le acciughe in una casseruola con un cucchiaio d'olio e incorporatele alla crema di patate. Affettate il cuore del porro, saltatelo in padella con 2 cucchiai d'olio e una presa di sale, spruzzatelo con il vino bianco e lasciate evaporare.
● **3** Ungete d'olio l'interno di 4 anelli di metallo e appoggiateli in una teglia rivestita con carta da forno. Fate aderire le foglie di porro sul bordo interno degli anelli, riempiteli per 1/3 con la crema di patate, quindi con uno strato di porri, il salmone, ancora porri e terminate con uno strato di patate. Guarnite con le fettine del limone rimasto, una macinata di pepe e un filo d'olio. Cuocete in forno a 180° per 25 minuti.

**MEDIA ● Preparazione 50 minuti ● Cottura 35 minuti ● 373 cal/porzione**

PORRI
Per la forma allungata e il gusto delicato i francesi li chiamano curiosamente "gli asparagi dei poveri". Quelli raccolti in inverno sono più grossi e saporiti di quelli primaverili: per mantenere il colore passateli in acqua e ghiaccio se li usate crudi, o sbollentateli in acqua salata se li consumate cotti.





CAVOLO VERZA
Le verze raccolte dopo le gelate sono le migliori: le basse temperature ne migliorano il gusto dolce, ma non troppo intenso, e la consistenza. Per ottenere lo stesso effetto mettetele in freezer per qualche ora prima di utilizzarle.



Ciotola in ceramica con beccuccio Forme di Farina, tumbler da acqua in vetro color oliva Bitossi Home. Nella pagina accanto, piattino tondo e piattino ovale in ceramica Forme di Farina, forchetta in acciaio smaltato nero Bitossi Home. Indirizzi a pagina 6

## ZUPPA DI CAVOLI A FOGLIA E PANE

**PER 4 PERSONE**
**1 kg di cavoli misti (cavolo nero, riccio e verza) - 500 g di pane a fette - 150 g di ceci lessati - 100 g di pecorino romano grattugiato + 40 g a scaglie - 80 g di pancetta affumicata a fettine - 2 cipolle bianche - 2 spicchi di aglio - 1 peperoncino rosso secco - 20 g di burro - 1 l di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Pulite le foglie dei cavoli, eliminando le nervature più dure e i gambi, e tagliatele grossolanamente. Scaldate 2 cucchiai d'olio nella padella, unite le cipolle affettate sottili, il peperoncino tritato e gli ortaggi e lasciateli appassire 10 minuti.
● **2** Disponete le fettine di pancetta in una teglia ricoperta di carta da forno e doratele in forno a 200° per 5 minuti. Sfregate le fette di pane con l'aglio sbucciato e bagnatele con il brodo in modo che si ammorbidiscano leggermente.
● **3** In una pirofila unta d'olio fate uno strato di fette di pane, condite con olio, sale e pepe, ricoprite con poco meno della metà dei cavoli saltati, metà della pancetta sbriciolata grossolanamente e spolverizzate con 1/3 del pecorino. Ripetete l'operazione (tenendo da parte qualche cucchiaio di ortaggi) e terminate con uno strato di pane. Bagnate con il brodo rimasto e lasciate riposare 30 minuti. Spolverizzate la superficie con il pecorino rimasto e fiocchetti di burro e infornate a 200° per 20 minuti. Servite la zuppa con gli ortaggi rimasti ripassati in padella con i ceci e il pecorino a scaglie.

**FACILE ● Preparazione 50 minuti + riposo ● Cottura 40 minuti ● 827 cal/porzione**

## QUICHE DI BROCCOLETTI AL GORGONZOLA

**PER 6 PERSONE**
**1 rotolo di sfoglia rotonda integrale da 230 g - 1 testa di broccoletto - 1 grossa cipolla di Tropea - 1 pera grande - 2 uova + 1 tuorlo - 1,5 dl di panna fresca - 150 g di gorgonzola dolce - 2 cucchiai di grana grattugiato - aceto di vino bianco - sale - pepe**

● **1** Affettate la cipolla sottile, conditela con una presa di sale e un cucchiaio di aceto e lasciate riposare. Dividete i broccoletti in cimette, sbollentateli 5 minuti e scolateli su carta da cucina. Sbucciate la pera e tagliatela a fettine.
● **2** Srotolate la pasta su una teglia da forno conservando sotto la sua carta, mettete al centro i broccoletti alternandoli con la pera, la cipolla scolata e il gorgonzola a fiocchetti. Ripiegate i bordi sopra il ripieno senza coprirlo completamente.
● **3** Sbattete 2 uova con il grana grattugiato e la panna, salate e pepate. Versate la crema sopra il ripieno della quiche e spennellate i bordi con il tuorlo. Infornate a 220° per 10 minuti, abbassate la temperatura a 200° e cuocete 20 minuti.

**FACILE ● Preparazione 45 minuti ● Cottura 50 minuti ● 413 cal/porzione**





BROCCOLETTI
Oltre a quelli verdi, adatti alla cottura, esistono anche i “Chiacchietegli di Priverno”, una varietà viola originaria del Lazio diventata un Presidio Slow Food. Caratterizzati da un sapore più delicato, i germogli viola si consumano freschi o si conservano sott’olio.

Vassoio in legno Viridea, piatti in ceramica bianca Forme di Farina, tovagliolo in lino Society Limonta. Nella pagina accanto, casseruole monoporzione con manico e coperchio in terracotta e ghisa Sambonet, americane 100% lino color antracite Society Limonta. Indirizzi a pagina 6





CARCIOFI
Il loro sapore inconfondibile li rende insuperabili nei sughi e nelle torte salate, ma sono squisiti anche fritti e ripieni. Per mantenerli freschi 3-4 giorni, sistemateli in un vaso con abbondante acqua come se fossero dei fiori.

## COCOTTINE DI CARCIOFI, CARDI E POLPETTE

**PER 4 PERSONE**
**4 carciofi - 1 piccolo cardo - 500 g di carne trita (manzo e vitello) - 120 g di grana padano grattugiato - 1 pugno di mollica di pane - 5 spicchi di aglio - 2 limoni - 3 uova - 1 ciuffo di prezzemolo - 2 rametti di dragoncello - 3 dl di brodo vegetale o di carne - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Mescolate la carne trita con 1 spicchio di aglio, il prezzemolo e il dragoncello tritati, la mollica di pane bagnata con 0,5 dl di brodo e strizzata, 50 g di grana grattugiato e 1 uovo. Salate, pepate e mescolate per amalgamare. Con le mani unte di olio preparate delle polpettine della dimensione di una noce. Disponetele in una teglia rivestita di carta da forno e infornatele 10 minuti a 180°.
● **2** Pulite il cardo eliminando i filamenti, tagliatelo a quadrotti e passateli man mano in acqua acidulata con il succo di 1 limone. Cuoceteli 15 minuti in acqua bollente salata, scolateli e fateli asciugare su un canovaccio. Spuntate i carciofi, tagliateli a grossi spicchi e metteteli a bagno in acqua acidulata con il succo del limone rimasto.
● **3** Ungete d'olio 4 cocottine monoporzione e distribuite in ciascuna uno strato di carciofi, 1 spicchio d'aglio sbucciato a fettine, uno strato di cardi e terminate con le polpettine. Bagnate con il brodo rimasto e cuocete 20 minuti circa, facendo restringere il fondo di cottura. Sbattete le uova rimaste con il grana avanzato, distribuite un po' di composto nelle cocottine e passate sotto il grill 5 minuti.

**MEDIA ● Preparazione 50 minuti ● Cottura 40 minuti ● 443 cal/porzione**

# Bietoline in fiore

## GIROTONDO DI ORTAGGI E BOCCIOLI PER UNA COMPOSIZIONE COLORATA E FRESCA CHE ANTICIPA LA PRIMAVERA

**a cura di Silvia Bombelli, realizzazione di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni**









### PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

**Occorrente: 1 spugna per fioristi rotonda di circa 14 cm di diametro - 1 grande elastico - 1 pezzo di nastro bordeaux - 4 mazzetti di bietoline rosse - 1 mazzetto di ranuncoli di colori misti - 1 ramo di brassica ornamentale - 1 grande contenitore di ceramica**

● **1** Riempite d'acqua il lavello o una bacinella profonda. Appoggiate la spugna in superficie e lasciatela affondare, in modo che si impregni d'acqua. Sgocciolate la spugna senza strizzarla e appoggiatela su un tagliere. Passatele attorno l'elastico: deve restare morbido; se fosse troppo lungo tagliatelo a misura.
● **2** Scartate le foglie delle bietole troppo grandi o rovinate. Lavate, asciugate e pareggiate i gambi delle foglie più integre e sistematele attorno alla spugna, inserendo i gambi nell'elastico. Infilate al centro della spugna il ramo di brassica e circondatelo con i ranuncoli alternando i colori e tagliando i gambi ad altezze diverse.
● **3** Legate il nastro attorno alla spugna per coprire l'elastico e mettete la composizione al centro del contenitore di ceramica. Potete anche utilizzare una ciotola capiente o un vassoio.



# L'ora del tè

**NON SOLO CON I PASTICCINI ALLE CINQUE DEL POMERIGGIO. QUESTA BEVANDA VI SORPRENDERÀ CON DOLCE E SALATO PER TUTTA LA GIORNATA**

**A cura di Alessandro Gnocchi, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Livia Sala, foto di Adriano Brusaferri, styling Alessandro Pasinelli Studio**



Tovaglia Linum, tazze Bitossi Home, filtro per tè Dammann Frères, teiera Richard Ginori, bicchiere Bormioli Rocco, piatto Tognana Porcellane, piattino Asa Selection, cucchiaino Zara Home. Indirizzi a pagina 6

In questi ultimi decenni il tè ha fatto irruzione anche nella nostra vita di caffeinomani e ormai si moltiplicano gli intenditori e gli appassionati di questa bevanda di origine asiatica. Fu un imperatore cinese, dice la leggenda, a "scoprire" le proprietà delle foglioline di quella pianta che i botanici chiamarono poi "Camellia sinensis": un giorno, mentre era nei suoi giardini, qualcuna di quelle foglie cadde in una tazza d'acqua calda; la bevanda che ne risultò era così gradevole che nel Celeste Impero la coltivazione del tè diventò popolare come quella del riso.

*> segue a pag. 42*



## TRAMEZZINI CON BRESAOLA, TONNO E ACCIUGHE (TÈ NERO)

**PER 6 PERSONE**
**6 fette di pane per tramezzini - 60 g di bresaola - 6 filetti di acciuga sott'olio - 80 g di tonno al naturale sgocciolato - 120 g di formaggio spalmabile - 6 foglie di rucola - 1 mazzetto di erba cipollina - 2 rapanelli - sale**

● **1** Tritate la bresaola, i filetti di acciuga sgocciolati e il tonno, poi amalgamateli in una ciotola con il formaggio spalmabile; insaporite con la rucola spezzettata, l'erba cipollina tagliuzzata e salate.
● **2** Aprite la confezione del pane solo al momento di usarlo, in modo che risulti perfettamente umido; posate 3 fette sul piano di lavoro e distribuitevi il composto preparato lasciando libero un bordo di 2 cm.
● **3** Sovrapponete le fette di pane rimaste e premete con forza i margini esterni, in modo da chiudere bene i tramezzini lungo i bordi; avvolgeteli con la pellicola e trasferiteli per almeno 30 minuti in frigorifero. Poi divideteli a metà con un taglio leggermente obliquo, decorate con fettine di rapanello e servite con il tè nero.

**FACILISSIMA**
● **Preparazione 30 minuti + il riposo**
● **Cottura nessuna** ● **322 cal/porzione**

Fondo Società Italiana Lastre, tovagliolo Coin Casa, teiera, ciotole e piatto Covo.
Indirizzi a pagina 6

*> segue da pag. 41*

## Tutte le sfumature di un gusto unico

In Occidente, il tè arrivò cinque secoli fa. La regina Caterina di Braganza, moglie di Carlo d'Inghilterra, lo impose a tutta la corte e i suoi sudditi ne fecero una bevanda nazionale, fissando come ora canonica le cinque del pomeriggio. Da lì, queste straordinarie foglioline sono partite alla conquista dell'Europa.

Con il tempo, la produzione si è raffinata e le molte varietà in commercio si raggruppano nelle grandi famiglie dei tè neri, verdi, bianchi e oolong. Quelli neri hanno un tempo di infusione di 5 minuti, sopportano la presenza di latte e di zucchero, ma non, a detta degli esperti, quella del limone; l'acido dell'agrume altera e uccide le sfumature dell'infuso. Come si vede in queste pagine il tè nero è ottimo su dolce e salato anche dai toni spiccati e si spinge fino agli arrosti elaborati. Rotondo e dall'aroma persistente, il Gran Yunnan Celestial, per esempio, viene destinato dai gourmet a una prima colazione all'inglese, ma si può proporre anche con piatti di carne condita con salse saporite. Però, se lo si usa, non bisogna mai eccedere con lo zucchero.

*> segue a pag. 45*



Fondo L'Erbavoglio, tazze Villeroy&Boch, filtro per tè distribuito da B.Morone, tovagliolo Linum, teiera Richard Ginori.
Indirizzi a pagina 6

## SHORTBREAD AI CRANBERRY, MANDORLE E ARANCIA (TÈ OOLONG)

**PER 35 BISCOTTI CIRCA**
**225 g di burro morbido - 150 g di zucchero a velo - 300 g di farina + quella per il piano di lavoro - 100 g di cranberry - 75 g di mandorle a lamelle - 1 cucchiaino di scorza d'arancia non trattata grattugiata - sale**

● **1** In una ciotola, montate il burro con le fruste; incorporatevi lo zucchero a velo, la scorza d'arancia e lavorate ancora qualche istante.
● **2** Unite la farina e un pizzico di sale, poi i cranberry e le mandorle. Formate una palla con il composto, quindi rotolatela sul piano di lavoro infarinato fino a ottenere un cilindro del diametro di 4 cm: avvolgetelo nella pellicola e fatelo rassodare in frigo per 2 ore.
● **3** Tagliate il cilindro a fette alte 7-8 mm, sistematele su una placca foderata con carta da forno e infornate a 175° per 10-15 minuti. Servite con il tè oolong.

**FACILE**
● **Preparazione 20 minuti + il riposo** ● **Cottura 15 minuti** ● **105 cal/pezzo**



## SABLÉ AL CIOCCOLATO E CARDAMOMO (TÈ VERDE)

**PER CIRCA 30 BISCOTTI**
**280 g di farina - 150 g di zucchero - 100 g di burro morbido - 2 uova piccole - 0,6 dl di latte - 1 bacca di cardamomo - 15 g di cacao amaro**

● **1** Raccogliete nel mixer metà zucchero con i semi pestati del cardamomo: azionate per qualche istante, poi aggiungete 150 g di farina, 50 g di burro, 1 uovo e 0,2 dl di latte. Lavorate ancora gli ingredienti finché inizierà a staccarsi una massa di pasta dalle pareti. Trasferite l'impasto sul piano di lavoro, modellate una palla liscia, appiattitela un po', avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigorifero almeno per 1 ora.
● **2** Mettete nel mixer la farina, lo zucchero, il burro, l'uovo e il latte rimasti, aggiungete il cacao, poi lavorate l'impasto come il precedente. Formate nuovamente una palla, appiattitela, avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigo per almeno 1 ora.
● **3** Stendete i due impasti molto sottilmente, formando con ciascuno un rettangolo che misuri circa 35 x 65 cm; sovrapponeteli uno all'altro, quindi arrotolateli formando un cilindro. Avvolgetele l'impasto nella pellicola e mettetelo in frigo per circa 1 ora.
● **4** Affettate il cilindro in dischi alto circa 5 mm. Sistemate i biscotti su placche foderate con carta da forno e infornateli a 180° per 12 minuti circa. Serviteli con il tè verde.

**MEDIA**
● **Preparazione 40 minuti + il riposo** ● **Cottura 12 minuti** ● **95 cal/pezzo**

Fondo L'Erbavoglio, teiera Alessi, piastrella Asa Selection, tazza Villeroy&Boch, barattolo Bormioli Rocco. Nell'altra pagina, fondo L'Erbavoglio, vassoio Covo, teiera Alessi, cloche Henriette, tazza Wedgwood. Indirizzi a pagina 6

## TARTUFI DI CIOCCOLATO AL SESAMO (TÈ NERO)

**PER CIRCA 30 TARTUFI**
**200 g di cioccolato fondente all'80% di cacao - 2 dl di panna fresca - 30 g di granella di fave di cacao - 50 g di semi di sesamo chiaro - 50 g di semi di sesamo nero - 40 g di cacao**

● **1** In un pentolino, portate a ebollizione la panna; intanto, tritate il cioccolato e mettetelo nel mixer, unitevi la panna bollente e azionate l'apparecchio per qualche istante.
● **2** Trasferite il composto ottenuto in una ciotola e unitevi la granella di fave di cacao; quindi mettetelo in frigo a rassodare, mescolandolo di tanto in tanto in modo che non solidifichi completamente.
Intanto, tostate i semi di sesamo, separatamente, sotto il grill del forno per 3-4 minuti.
● **3** Quando il composto al cioccolato sarà più sodo, ma ancora lavorabile, mettetelo in una tasca da pasticceria e distribuitelo a mucchietti grossi come una noce su un foglio di carta da forno, spolverizzato con il cacao.
● **4** Rotolate i mucchietti in modo da formare tanti tartufini, passatene metà nei semi di sesamo chiaro e l'altra metà nei semi di sesamo nero. Trasferiteli in frigo per almeno 1 ora e serviteli con il tè nero.

**FACILE**
● **Preparazione 30 minuti + il riposo**
● **Cottura 10 minuti** ● **90 cal/pezzo**





*> segue da pag. 42*

Fra i tè verdi più amati, oltre al tradizionale Gunpowder, spicca il prezioso China Jade Ring, proveniente dallo Yunnan. La loro delicatezza suggerisce di abbinarli a preparazioni che non presentino note troppo accese. In ogni caso, non disdegnano di accompagnarsi ai dolci con marcata presenza di cacao e possono persino dare soddifazione con i formaggi. L'importante, come per i tè bianchi, è lasciarli in infusione pochissimo in modo da non trovarli carichi, amari e sgradevoli: di solito basta un minuto, un minuto e mezzo.

*> segue a pag. 47*

# Dal bianco al nero, tutti i colori delle magiche foglioline

In natura sono rigide e carnose, ma una volta lavorate le foglie del tè si presentano assai diverse: fermentate, arricciate, avvoltolate ad anello, ridotte in polvere, aromatizzate, affumicate... Le varietà sul nostro mercato sono ormai moltissime, a cominciare dai tè "neri", quelli di più lunga data, resi scuri dal processo di fermentazione e rotondi nel sapore. I più di moda, ora, sono i tè verdi, non fermentati e ricchi di gradevoli sfumature acidule. Gli oolong, semifermentati, hanno note vellutate, con caratteristiche aromatiche comprese fra tè verde e tè nero. Più rari, ma con grandi estimatori, i tè bianchi sono prodotti facendo semplicemente essiccare le foglioline in modo da ottenere un gusto delicatissimo.



**FIORI DI TÈ**
Secondo una tradizione cinese, le gemme e le foglioline più tenere vengono legate a mano a formare sfere o corolle che nascondono al loro interno fiori di gelsomino, crisantemo o ibisco. Si usano immergendo i fiori di tè in una teiera trasparente con acqua calda.

**TÈ VERDE**
È il secondo tipo di tè più diffuso nel mondo, ma in Occidente è arrivato da poco tempo. Solo in Cina se ne coltivano più di 500 varietà. L'infuso che si ottiene è di colore chiaro e di gusto delicato. Si presta ad essere aromatizzato.

**TÈ NERO**
Prodotto soprattutto in India e in Africa, è il tè più conosciuto e anche quello che ha conquistato per primo l'Europa. La lavorazione prevede 4 fasi: appassimento, arrotolamento, fermentazione ed essiccazione. È il più ricco di teina.

**TÈ BIANCO**
Raro e costoso, è un tipo di tè raccolto soprattutto in Cina. Le foglie vengono lasciate essiccare naturalmente alla luce del sole. La bevanda che si ottiene, di colore giallo pallido, è ricca di polifenoli.

**TÈ OLOONG**
Per produrre questo tè, il cui nome significa "drago nero", le foglie vengono trattate con il calore, arrotolate ed essiccate. In base al grado di ossidazione e alla tostatura finale, si ottengono varietà di tè oolong con caratteristiche molto diverse.

**TÈ MATCHA**
È il preparato per una bevanda giapponese che si ricava da alcune varietà di tè verde. Le foglie vengono fatte essiccare e poi polverizzate in modo da ottenere un prodotto finissimo, della stessa consistenza della cipria.



## ANCHE IL TÈ HA LA SUA BOUTIQUE

A Porta Garibaldi, nel cuore antico della Milano più "nuova" c'è la boutique di una casa di tè nata in Francia nel 1692, Dammann Frères. Incontriamo qui Jean-Pierre Willemsen, a.d. della Domori srl, che distribuisce il marchio Dammann e fa parte del gruppo Illy.

**Quali sono i tè più venduti nel negozio milanese?**
I tè neri, puri o aromatizzati.

**E i più pregiati?**
I tè neri puri. Arrivano inalterati dal Paese di raccolta e conservano le caratteristiche organolettiche originali. Uno molto apprezzato è l'Assam Golden Flowery Orange Pekoe, un tè nero dalle valli del nord-est dell'India.

**Però il più costoso è il tè bianco...**
Sì, si tratta dello Yin Zhen, il "tè dell'imperatore", un tè bianco cinese puro della regione di Fu Ding. Ha germogli coperti da un'abbondante lanugine, semplicemente essiccati dopo il raccolto. Fresco e delicato, rivela note floreali e di castagna.

**Che abbinamenti consiglia per pasteggiare col tè?**
Si può optare per i contrasti, servendo un tè verde giapponese arrostito come lo Houjicha con un tagliere di formaggi; oppure, si può scegliere una esaltazione reciproca di sapori come avviene con il tè nero Darjeeling di secondo raccolto e gli arrosti. Per i dolci, meglio affidarsi agli abbinamenti ton sur ton: per quelli lievitati è perfetto l'Earl Grey, per un dessert al cioccolato direi di provare il tè al gelsomino.

**A lato, fondo Società Italiana Lastre. Nell'altra pagina, fondo Società Italiana Lastre, bicchiere Covo, tagliere Asa Selection, vassoio Ikea, pala Villeroy&Boch, tovagliolo Linum.** **Indirizzi a pagina 6**



## MINI QUICHE DI PANE TOSTATO, ERBETTE E CRESCENZA (TÈ BIANCO)

**PER 4 PERSONE**
6 fette di pane per tramezzini - 100 g di erbette fresche - 150 g di crescenza - 40 g di burro - sale - pepe

● **1** In un pentolino fate fondere il burro e usatene metà per spennellare l'interno di 4 stampini da mini plumcake; ritagliate le fette di pane e rivestite gli stampini imburrati.
● **2** Premete bene il pane contro le pareti e spennellate anche l'interno con il burro fuso rimasto. Poi trasferite gli stampini in forno a 200° per 5-6 minuti.
● **3** Scottate le erbette in acqua salata, poi raffreddatele in acqua e ghiaccio, scolatele, asciugatele bene e insaporitele per qualche istante nel pentolino in cui avete sciolto il burro. Riempite i gusci di pane con le erbette e la crescenza; passate ancora in forno a 180° per altri 5-6 minuti. Sfornate, profumate con il pepe e servite con il tè bianco.

**FACILE**
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **357 cal/porzione**



*> segue da pag. 45*

Polverizzando le foglie di tè verde, si ottiene il Matcha, una raffinatezza giapponese. Si prepara ponendolo in acqua calda e agitando col fustino in bambù fino a quando la polvere si sia sciolta completamente. In cucina segue tutti gli abbinamenti del tè verde poiché ne mantiene tutte le caratteristiche. Inoltre, grazie alla consistenza finissima, può essere miscelato in piccole percentuali alla farina per la preparazione dei dolci, in particolare i biscotti, a cui dà un colore verde brillante e un suo gusto dolce con sottofondo erbaceo.
Gli oolong, che si potrebbero definire una via di mezzo fra il tè nero e quello verde, si bevono nature e si possono servire durante tutto il pasto. Da provare, l'Oolong Imperial, color ambra, dal leggero sapore di castagna e miele, o il cinese Tung Ting, di colore rosso aranciato e leggermente dolce: a loro agio su qualsiasi portata.
Più delicati i tè bianchi, che esigono palati esperti, capaci di cogliere le più lievi sfumature. Uno dei migliori, e dei più costosi, è quello detto "Aghi d'argento", composto di soli germogli. Una cosa è fondamentale: l'acqua deve essere il meno calcarea possibile, perciò l'ideale è usare quella oligominerale.

*> segue a pag. 49*

### TORTINE AL MIELE CON FIORI DI ANANAS E SEMI DI ZUCCA (TÈ BIANCO)

**PER 6 TORTINE**
**4 albumi - 140 g di burro - 100 g di zucchero di canna - 4 cucchiai di miele - 1 cucchiaio di semi di zucca - 40 g di farina - 80 g di farina di mandorle - 6 fette sottili di ananas - burro e farina per gli stampi**

● **1** Stendete le fette di ananas su una placca foderata con carta da forno e infornatele a 100° per circa 30 minuti, poi giratele e lasciatele asciugare anche sull'altro lato. Il tempo complessivo dipende dalla succosità del frutto.
● **2** Trasferite le fette di ananas in stampini tondi (anche quelli per piccole tartellette o per muffin vanno bene) e passatele nel forno per altri 20 minuti in modo che prendano la forma di una corolla di fiore.
● **3** In una terrina montate gli albumi a neve, quindi incorporatevi lo zucchero e metà del miele, la farina, la farina di mandorle e poi il burro fuso.
● **4** Versate il composto in 6 stampini per tortine di 8 cm di diametro imburrati e infarinati e cuocete in forno a 175° per 15 minuti. Sfornate le tortine, lasciatele intiepidire e poi sformatele. Cospargetele con i semi di zucca, irroratele con il miele rimasto, decoratele con i fiori di ananas e servitele con il tè bianco.

**MEDIA**
**● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora e 35 min. ● 373 cal/porz.**

Fondo L'Erbavoglio, alzata Henriette, teiera e tazze Wedgwood, cucchiaino distribuito da B.Morone, tovagliolo Serax. Indirizzi a pagina 6



*> segue da pag. 47*

## Cerimonia irrinunciabile

Il tè non è bevanda facilissima da preparare. Appena arrivato in Europa, ci fu addirittura chi si mangiò le foglie e gettò via il liquido. Certo, si può bere quando si vuole, dalla prima colazione alla sera. Ma come si fa un tè perfetto? Oggi quasi tutti usano i sacchetti-filtro predosati. Si mettono nell'acqua della teiera o direttamente nella tazza e dopo qualche minuto si tolgono… Fatto! Ma gli amanti del vero tè non possono banalizzare una vera e propria cerimonia e non rinunciano al piacere di seguire il procedimento classico in quattro mosse. Prima si scalda la teiera con acqua appena bollita che viene subito buttata; poi si mette un cucchiaino di foglioline di tè a persona più uno, quello cosiddetto “per la teiera”; quindi, si versa l'acqua quando è sul punto di ebollizione, cioè nel momento in cui si formano le prime bollicine; alla fine, si lascia in infusione sotto coperchio e si serve.
Naturalmente ci vuole un colino che faccia da schermo alle foglioline e lasci limpido il liquido profumato pronto al sorso. Quelli in bambù sono i più “puri”, dato il materiale vegetale; quelli di metallo hanno forme aggraziate.

*> segue a pag. 50*



### PANINETTI AL CORIANDOLO CON GAMBERI AGLI AGRUMI (TÈ OOLONG)

**PER 18 PANINETTI**
**200 g di farina manitoba - 100 g di farina semintegrale - 1,4 dl di latte - 80 g di burro - 1/2 cucchiaio di zucchero di canna - 1/2 bustina di lievito di birra - 1 mazzetto di coriandolo - 320 g di gamberetti già cotti - 1 pezzetto di scorza di arancia non trattata - 1 pezzetto di scorza di lime non trattato - sale - pepe rosa**

● **1** Sciogliete il lievito in poco latte tiepido con lo zucchero e lasciatelo riattivare per qualche minuto. Setacciate le due farine sul piano di lavoro, formate una fontana al centro e versatevi il lievito, il resto del latte e 50 g di burro fuso. Unite un pizzico di sale e impastate fino a formare una palla liscia ed elastica. Mettete l'impasto in una ciotola, coprite con un telo umido e lasciate lievitare in un luogo tiepido per 1 ora.
● **2** Dividete l'impasto in 18 porzioni formando dei paninetti, fateli gonfiare per 10 minuti, poi spennellate la superficie di ciascuno con poca acqua tiepida, "incollatevi" una foglia di coriandolo e cuocete nel forno a 180° per 20 minuti.
● **3** Intanto, tritate grossolanamente i gamberetti e insaporiteli con la scorza tritata degli agrumi, qualche bacca di pepe rosa pestata e il coriandolo rimasto spezzettato. Quando i paninetti saranno freddi, tagliateli a metà, spalmateli con il burro rimasto, farciteli con i gamberetti e serviteli con il tè oolong.

**MEDIA**
● **Preparazione 40 minuti + il riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **100 cal/pezzo**

### TARTINE ALL'AVOCADO, CETRIOLO E MENTA (TÈ VERDE)

**PER 6 PERSONE**
**2 fette di pane per tramezzini grandi - 1 avocado maturo - 1/2 limone - 1 cetriolo - 1 mazzetto di mentuccia con i fiori - sale - pepe bianco**

● **1** Prelevate la polpa dell'avocado, trasferitela in una ciotola e schiacciatela con qualche goccia di succo di limone, un pizzico di sale e di pepe; poi, profumate con un pizzico di mentuccia tritata.
● **2** Spalmate le fette di pane con il composto preparato, quindi coprite con fettine sottilissime di cetriolo lavato e asciugato prelevate con il pelapatate. Ricavate delle formine a piacere con un coppapasta o un coltello ben affilato, decorate con fiorellini e foglioline di mentuccia e servite subito con il tè verde.

**FACILE**
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura nessuna** ● **230 cal/porzione**



Fondo Società Italiana Lastre, bicchiere Asa Selection, tovagliolo Linum, posata Sambonet.
In alto, alzata Henriette, alzatina Asa Selection, bicchiere Covo, tovagliolo Serax, filtro da B.Morone.
Indirizzi a pagina 6

*> segue da pag. 49*

Ma il sistema più pratico è quello di usare una teiera con incorporato il suo colino. Ed eccoci così all'oggetto simbolo del rito del tè, che è anche tra i più eleganti di tutto il corredo della tavola e tra i più collezionati. La teiera è il pezzo forte dei classici servizi in porcellana, completi di lattiera, zuccheriera, tazze, piattini e piatti da dolci, adatti al rito occidentale. Splendide quelle orientali in ghisa: basse e arrotondate, stanno accucciate sul fuoco e mantengono a lungo ben caldo il liquido. Deliziose anche da vedere.



# Raw o gourmand? Salmone Norvegese

## (Ri)scopri l'ingrediente che risponde a tutte le tue richieste, anche a quelle di benessere e salute

Ci sono ingredienti che sono veri alleati in cucina per la loro versatilità e facilità di preparazione. Il numero uno è il Salmone Norvegese, perfetto dal crudo alle ricette più elaborate. Proponilo più volte perché due porzioni da 150 g di salmone a settimana apportano la quantità di Omega 3 necessaria all'organismo. Il Salmone Norvegese è allevato nelle acque fredde e cristalline del Mar di Norvegia, controllato da un severo sistema di tracciabilità.





**Un'idea da pescenorvegese.it**
Ti piace il gusto etnico? Prova questo finto ramen. Fai cuocere i noodles in brodo vegetale con una spolverata di zenzero. Al momento di servire aggiungi pezzetti di uova sode e cubetti di salmone scottati su fondo antiaderente per pochi minuti. Sul sito trovi anche le ricette per sushi, sashimi, uramaki e tanti altri piatti.

NORGE
PESCI DALLA NORVEGIA

Scopri il tuo menu completo su **pescenorvegese.it**


SECOND CHEF
SEMPLICEMENTE CUCINARE
Consegna Gratuita
Ricette Esclusive a casa tua
aggiornate ogni settimana
Ingredienti Selezionati
freschi e già porzionati
Consegna a Domicilio
di tutti gli ingredienti
Il piacere di Cucinare
semplicemente a casa tua
SCARICA L'APP UFFICIALE SECONDCHEF!
secondchef.it

# Il tè scientifico

## BOLLITORI REGOLABILI, FILTRI EFFICACI E TAZZE CAPIENTI PER UN PIACERE PRIVO DI ERRORI

**a cura di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni, testo di Daniela Falsitta, foto di Marco Azzoni**

Preparare un buon tè non è facile come sembra. Oltre a foglie di ottima qualità, è necessario scegliere un'acqua leggera e a basso residuo fisso. Ma è soprattutto la sua temperatura, insegnano gli esperti, a dover variare in funzione del tipo di tè. Per quelli bianchi e verdi deve mantenersi tra i 60° e i 70°, per i tè neri deve salire a 90° - 95°.

*> segue a pag. 54*




● **1** Bollitore elettrico da 1,2 litri con corpo in acciaio a doppia parete. Possibilità di regolare la temperatura di ebollizione (Graef, 127,70 €). ● **2** Bollitore elettrico da 1,5 litri Artisan, a doppia parete e regolabile da 50° a 100° (KitchenAid, versione metallizzata 229 €). ● **3** Filtro a piantina in silicone (Maiuguali, 3 €). ● **4** È Rudolf il filtro con il muso di un alce da appendere al bordo della tazza (Koziol, 6 €). ● **5** Tazza in vetro borosilicato per le bevande calde. È corredata di un sotto tazza in sughero (Tescoma, set di due tazze 11,90€). ● **6** Filtro universale per infusi in acciaio e plastica. Il coperchio fa anche da piattino porta filtro (Tescoma, 11.90 €). ● **7** Bollitore Cha in acciaio inox con manico e pomolo in resina termoplastica. Il capiente filtro a cestello lo trasforma in teiera mentre il fondo magnetico lo rende anche utilizzabile sulla piastra a induzione (Alessi, 120 €). ● **8** Tisaniera in vetro borosilicato con filtro in acciaio (WD Lifestyle, 19,90 €). Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 53*

Per non commettere errori bisogna seguire le istruzioni sulla confezione o i consigli di un venditore esperto. Ma servono anche strumenti ad hoc. Ecco perché il servizio da tè assomiglia sempre meno a quello della nonna per assumere le linee del design più funzionale. I bollitori di ultima generazione sono belli e tecnologici: se elettrici, consentono di impostare con precisione la temperatura di ebollizione richiesta dall'etichetta, talvolta fungono anche da teiere grazie alla presenza di un capiente filtro in acciaio; inoltre possono avere un fondo adatto alla piastra a induzione e sono sempre realizzati in materiali ideali per non influenzare il gusto dell'infusione. Quanto alle tazze, diventano molto capienti per assicurare un piacere duraturo. Il loro profilo geometrico e privo di fronzoli ben si addice all'uso di filtri e colini efficaci quanto moderni e simpatici, che danno all'ora del tè un tocco di scanzonata ironia.




● **1** Teiera Linea con filtro d'acciaio, in gres smaltato disponibile in altri colori (Asa, 42 €). ● **2** Alzatina per biscotti da tè in vetro bianco (CoinCasa, 25 €). ● **3** Colino passatè in acciaio argentato (Sambonet, 37,50 €). ● **4** Filtro in silicone a forma di limone (Maiuguali, 2,50 €). ● **5** Tovaglietta americana in lino color écru, disponibile liscia o con cifre ricamate (Marina C, 20 o 35 €). ● **6** Filtro a cono Cuocitè in acciaio e silicone con impugnatura ad uccellino (Alessi, 29 €). ● **7** Piattino sottotazza da tè in porcellana della linea Form 2000 Ramo dipinta a mano (Arzberg, due set completi di tazza 41,60 €). ● **8** Mug color lilla ispirata alla cartella Pantone e disponibile in molte altre tinte (Pantone, 18,80 €). ● **9** Pratico vassoio in metacrilato (Zak!designs, 20 €). ● **10** Tisaniera della linea Gocce disponibile in due misure da 3 o 8 tazze (Guzzini, 27,50 €). ● **11** Filtro in acciaio e silicone. È possibile aprirlo e chiuderlo con la pratica molletta e pressare il tè premendo la parte in silicone (Mastrad, 8 €). ● **12** Living, elegante pinza in acciaio per zollette o fette di limone (Sambonet, 17,50 €). ● **13** Tovagliolini da tè in lino con diverse fantasie a righe (Marina C, 5 €). ● **14** Colino passatè in acciaio argentato con manici e supporto (Sambonet, 108,90 €). Indirizzi a pagina 6


la Scuola di Cucina
sale&pepe
SCOPRI IL TUO TALENTO IN CUCINA CON LA SCUOLA DI SALE&PEPE
Da ca' puccino in Piazza Diaz 5, a Milano, a pochi passi dal Duomo.
GUARDA il nuovo calendario dei corsi di cucina e ISCRIVITI ON LINE
Una location speciale, dove cucini tu!
Aperta 7 giorni su 7
Postazioni di lavoro attive
Sede tecnologica e dal design contemporaneo
Cucina altamente attrezzata
Tanti nuovi corsi e attività
Lezioni private o di gruppo
Percorsi enogastronomici
Eventi aziendali
Feste private e di compleanno
Degustazione finale dei piatti preparati, abbinati ai vini biologici Ciù Ciù.
Per info e prenotazioni www.scuoladicucina.it
oppure chiama il numero 02.75423300
Seguici anche su #TalentoInCucina
IN COLLABORAZIONE CON
ca' puccino
NEFF
Arclinea
SPONSOR UFFICIALI
Emilia Zaini
PHILIPS
Saeco
MOLINO GRASSI
MEGGLE
Exquisa
MONINI
SPONSOR TECNICI
tescoma
CIÙ CIÙ
irinox
Emile Henry
GRUPPO MONDADORI

# Sughi con latte e panna

## INTINGOLI CANDIDI, MORBIDI E DELICATI AVVOLGONO LA PASTA E LA MESCOLANO DOLCEMENTE A GUSTOSI INGREDIENTI DI STAGIONE

**a cura di Alessandro Gnocchi, ricette di Paola Volpari, foto di Luca Colombo/Studio XL, styling Studio Salaris**





## TAGLIATELLE AL RAGÙ BIANCO

**PER 4 PERSONE**
**320 g di tagliatelle all'uovo - 200 g di polpa di manzo tritata - 100 g di lombo di maiale tritato - 1 carota - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 50 g di burro - 5 dl di latte - parmigiano reggiano grattugiato - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Pulite, lavate e tritate carota, cipolla e sedano; trasferiteli in una padella e fateli soffriggere con l'olio e metà burro, poi unitevi la carne e lasciatela rosolare per qualche minuto; salate e pepate e sminuzzate la carne con un cucchiaio di legno.
● **2** Appena il ragù comincia a sfrigolare, aggiungete metà latte, fatelo evaporare, aggiungete 2 dl di acqua calda e continuate la cottura a fuoco moderato fino a che il liquido verrà nuovamente assorbito.
● **3** Mescolate bene e unite ancora 2 dl di acqua calda e il latte rimasto, portate a ebollizione, abbassate la fiamma, coprite la casseruola e continuate la cottura per circa 1 ora e 20 minuti mescolando di tanto in tanto e facendo attenzione che il sugo, restringendosi, non attacchi sul fondo. A fine cottura unite il burro rimasto.
● **4** Cuocete la pasta in abbondante acqua bollente salata; scolatela, conditela subito con il ragù e una spolverizzata di parmigiano grattugiato e servite subito.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 1 ora 40 minuti** ● **713 cal/porzione**



Piatto piano Rina Menardi, piatto fondo Jars, tovagliolo Society Limonta. Nell'altra pagina, tessuto e bottiglia graduata Fiorirà un Giardino. Indirizzi a pagina 6

## MEZZE MANICHE CON SALSA DI ZAFFERANO E SPECK

**PER 4 PERSONE**
**320 g di mezze maniche - 80 g di speck - 200 g di panna fresca - 2 scalogni - 2 bustine di zafferano - erba cipollina - 40 g di burro - sale - pepe**

● **1** Sbucciate e tritate gli scalogni, poi fateli appassire in un tegame con il burro; sciogliete 1 bustina di zafferano nella panna e unite il composto agli scalogni, salate e dopo circa 3-4 minuti spegnete il fuoco.
● **2** In una pentola, portate a ebollizione 2 l d'acqua, salatela, aggiungete lo zafferano rimasto, poi fatevi cuocere la pasta. Nel frattempo, tagliate lo speck a listarelle e fatele rosolare in un tegame antiaderente senza alcun condimento.
● **3** Scolate la pasta al dente, versatela nel tegame con la salsa e unitevi 4-5 cucchiai dell'acqua di cottura quindi fatela saltare brevemente. Distribuitela nei piatti fondi, completate con lo speck croccante, pepe, l'erba cipollina tagliuzzata e servite.

**FACILE** ● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 15 min.** ● **562 cal/porzione**



Ciotola Rina Menardi, tovagliolo Society Limonta. Nell'altra pagina, piatto piano Rina Menardi, lettiera Bloomingville. Indirizzi a pagina 6





## FUSILLI CON LA CREMA DI PARMIGIANO E VERDURE

**PER 4 PERSONE**
**320 g di fusilli - 150 g di carote - 150 g di zucchine - 150 g di porri - 2 dl di latte - 80 g di parmigiano reggiano grattugiato - noce moscata - 2 rametti di maggiorana - 1 cucchiaino di amido di mais - 60 g di burro - sale - pepe**

● **1** Mondate carote, zucchine e porri, lavateli e tagliateli a julienne, poi fateli rosolare in un tegame con 30 g di burro; salate, pepate e proseguite la cottura a fuoco moderato per circa 4-5 minuti.
● **2** Versate il latte in una pentola, diluitevi l'amido di mais e poi unitevi il parmigiano e le foglioline di maggiorana lavate; quindi cuocete la preparazione a fuoco basso, sempre mescolando, fino a che si sarà un poco addensata; aggiungete il burro rimasto, un poco di noce moscata grattugiata, pepate e regolate di sale.
● **3** Cuocete la pasta in abbondante acqua bollente salata, scolatela, versatela nel tegame con la verdura, fatela saltare per qualche istante, infine unite la crema preparata, mescolate bene il tutto e servite.

**FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti ● 566 cal/porzione**



## TAGLIERINI AL LIMONI E BOTTARGA

**PER 4 PERSONE**
**280 g di tagliolini all'uovo - 3 dl di panna fresca - 1 limone non trattato - 80 g di bottarga di muggine - basilico - 20 g di burro - sale - pepe**

● **1** In un tegame fate fondere il burro, unitevi la scorza del limone grattugiata e la panna, salate e proseguite la cottura a fuoco basso per 3-4 minuti.
● **2** Tuffate la pasta in una pentola con abbondante acqua salata in ebollizione, scolatela a metà cottura circa, versatela nel tegame con la salsa alla panna, unitevi metà della bottarga privata della pellicina e grattugiata, qualche foglia di basilico spezzettata, il succo di limone e 2-3 cucchiai di acqua di cottura della pasta.
● **3** Fate saltare il tutto per qualche minuto fino a portare a cottura la pasta quindi servitela subito con una spolverata di pepe e la restante bottarga tagliata a fettine.

**FACILE ● Preparazione 15 minuti**
**● Cottura 15 minuti ● 569 cal/porzione**

Piatto Bloomingville, tessuti Society Limonta. Nell'altra pagina, ciotola Madame Gioia Home, tessuto Fiorirà un Giardino. Indirizzia apagine 6





## GRAMIGNA ALLA SALSA DI ZUCCA E PINOLI CON IL CROCCANTINO DI PARMIGIANO REGGIANO AGLI AMARETTI

**PER 4 PERSONE**
**320 g di gramigna - 300 g di zucca - 50 g di pinoli - 200 g di panna fresca - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 2 amaretti (circa 15 g) - salvia - noce moscata - 20 g di burro - sale - pepe**

● **1** Mondate la zucca privandola della scorza e dei semi, tagliatela a pezzetti e metteteli in una casseruola con il burro, 3-4 foglie di salvia e 4 dl di acqua; salate la preparazione, portatela a bollore, abbassate la fiamma, coprite e proseguite la cottura per 15 di minuti a fuoco moderato. Quindi trasferite il composto nel mixer e frullatelo in modo da ottenere una crema liscia e omogenea.
● **2** Sbriciolate finemente gli amaretti, mescolateli al grana, poi stendete il composto su una placca foderata con carta da forno e cuocetelo a 220° per circa 3-4 minuti in modo che risulti dorato; fatelo raffreddare e tenetelo da parte. Fate tostare i pinoli in un tegame antiaderente senza condimento e teneteli da parte.
● **3** Fate cuocere la pasta in abbondante acqua bollente salata. Mettete la salsa di zucca in un tegame, unitevi la panna, regolate di sale, pepate e fate addensare un poco la crema. Scolate la pasta e versatela nel tegame mantecandola per qualche istante poi servitela subito completandola con i pinoli, una gattata di noce moscata e il croccantino di grana e amaretti spezzettato.

**FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 30 minuti ● 610 cal/porzione**

# Radici piccanti

## CURCUMA, RAFANO E ZENZERO HANNO SAPORE FORTE E PROFUMO INTENSO. ECCO I PICCOLI SEGRETI PER PREPARARLI E UTILIZZARLI IN CUCINA

di Miriam Ferrari, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda





1



2



3

**LA CURCUMA**
Nota anche come zafferano delle Indie o zenzero giallo, è la radice di una pianta erbacea dall'odore pungente e dal sapore amaro e piccante (foto 1). Si utilizza grattugiata per aromatizzare insalate e verdure in padella. Per prepararla, sbucciatela con un pelapatate, indossando i guanti per non tingere la mani di giallo (foto 2) e grattugiatela con una grattugia a fori grossi (foto 3).

**IL RAFANO**
Detto anche cren o barbaforte, è una radice lunga e cilindrica, dalla polpa di colore giallastro, sapore molto acre e piccante (foto 1); si utilizza per salse da servire con i bolliti. Per preparare il rafano spuntatelo e raschiate la parte esterna con un pelapatate (foto 2), poi tagliatelo a pezzetti e tritatelo preferibilmente con un tritatutto, unendo poca acqua fredda (foto 3).



1



2



3



1



2



3

**LO ZENZERO**
È il rizoma di una pianta tropicale: nodoso e bitorzoluto, ha polpa dal gusto fresco e fortemente aromatico (foto 1). Si usa, sia fresco sia essiccato, soprattutto per profumare dolci e frutta. Dopo averlo sbucciato, si può tagliare a fettine (foto 2) o grattugiare; per estrarne il succo da unire a tè, tisane e altre bevande va raccolto in una garza e strizzato (foto 3).







**MAIALE CON SALSA AL RAFANO**

● **1** Grattugiate un pezzo di radice di rafano (circa 20 g), raccoglietela in una ciotola, unite 100 g di mollica di pane spezzettata, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di zucchero, 1 dl di aceto di vino bianco, 3-4 cucchiai di olio. Frullate il tutto e tenete la salsa al fresco fino al momento di usarla.

● **2** Lessate un filetto di maiale da 600 g circa in acqua salata aromatizzata con cipolla, sedano e carota; scolatelo, affettatelo e servitelo accompagnandolo con la salsa al rafano. Guarnite il piatto con foglie di sedano verde.

**FRITTELLE DI MELE PICCANTINE**

● **1** Mescolate 6 cucchiai di farina con 1/2 cucchiaino di lievito vanigliato, 1 uovo e 1 dl circa di vino dolce, quanto basta per ottenere una pastella densa; profumatela con 1 cucchiaio di zenzero grattugiato e lasciatela riposare per 15 minuti.

● **2** Sbucciate 2 mele Golden, tagliatele a rondelle spesse circa 1 cm e incidete il centro con un coppapasta per eliminare la parte del torsolo. Tuffatele nella pastella e friggetele in abbondante olio ben caldo. Servitele spolverizzate di zucchero e zenzero in polvere.













**PADELLATA DI VERDURE ALLA CURCUMA**

● **1** Tagliate a nastro per il lungo 2 carote e 2 zucchine, a quarti 3 cipollotti, a striscioline 2 cuori di sedano e 2-3 foglie di cavolo rosso. Immergete tutte le verdure in acqua bollente salata aromatizzata con 1/2 bicchiere di aceto e qualche grano di pepe, e scolatele ancora croccanti.

● **2** Scaldate in uno wok 2-3 cucchiai di olio di semi, unite le verdure e fatele saltare a fuoco vivo per 4-5 minuti. Sbucciate e grattugiate 2 radici di curcuma fresche, distribuitele sulle verdure, mescolate e servite.

**LE DOSI SONO PER 4 PERSONE**

## LA REGINA DEI SUK

POLVERE DAI MILLE USI. Essiccata e polverizzata, la curcuma è tra le spezie più utilizzate nella cucina nord africana e orientale: è infatti uno dei componenti della miscela di spezie chiamata curry, a cui conferisce il caratteristico colore giallo. In cottura il suo forte aroma si attenua e diventa perfetta per profumare risotti, carni e pesci. Spesso viene utilizzata per "tagliare" il più pregiato e costoso zafferano.
COLORANTE VEGETALE. Dalla curcuma si estrae la curcumina, utilizzata nell'industria alimentare come colorante autorizzato dall'Unione Europea e identificato con la sigla E 100. Questa sostanza è attualmente oggetto di ricerca perché secondo gli esperti ha elevate potenzialità terapeutiche.



**NEL PROSSIMO NUMERO: PATATE COLORATE**



Tessuti stampa ecoprint, tovagliette e cestini di corda e ceramiche raku FG Francesca Gandini. A sinistra: pentole TVS, coltelliFiskars. Indirizzi a pagina 6.

# Fegato e fegatini

## DI VITELLO, DI MAIALE O DI POLLO, ECCOLI IN PREPARAZIONI CONTEMPORANEE CON VERDURE E INTINGOLI CHE NE ESALTANO IL GUSTO SPECIALE

a cura di Daniela Falsitta, foto di Michele Tabozzi, ricette di Livia Sala, styling Studio Salaris



Terrina di fegatini allo speck
pag. 72



## Fegatini ai carciofi
pag. 72

Piatto Jars Céramistes, posate Zara Home, tessuto viola Designers Guild.
Indirizzi a pagina 6



Nella pagina accanto: piatti Chantal Delorme, scatolina Zara Home, tessuto Raw. Indirizzi a pagina 6

Qualunque sia la sua provenienza - di vitello, o maiale, d'oca o di pollo - il fegato fa parte del "quinto quarto" della macellazione, quello inesistente cioè. Il che non gli impedisce di essere protagonista della tradizione culinaria genovese e di quella palermitana, non vieta che per i fegatini vadano matti i toscani, mentre i veneti, proprio da questo taglio senza quarti di nobiltà, traggono uno dei loro maggiori vanti gastronomici: il fegato alla veneziana. Anche se oggi, rispetto a una volta, lo si conosce meno. E meno lo si conosce, meno lo si apprezza. Probabilmente la colpa è di una cucina un po' affrettata. Se avete l'età per ricordarlo, infatti, negli anni Settanta arrivava in tavola spesso, semplicemente passato in padella come una fettina: "Fa bene ai bambini", dicevano le nostre madri. E c'era sicuramente del vero. Tant'è che poco importava se proprio i giovanissimi avevano il palato meno adatto ad apprezzare la complessità di un gusto in bilico tra il dolciastro e l'amarognolo, che si faceva scoprire a sorpresa (o a tradimento) qualche secondo dopo averlo messo in bocca. Se avessero studiato il De Re Coquinaria di Apicio, le mamme avrebbero saputo che già nell'antica Roma il prelibato fegato veniva cucinato con passione e spesso accompagnato ai fichi per ottenere il meglio dal suo sapore intenso. Dai latini ai veneziani il passo è stato lungo secoli, ma la strategia è rimasta. Laddove c'erano i fichi, nel fegato alla veneziana sono le cipolle bianche di Chioggia ad accompagnare il boccone. Quasi altrettanto dolci, mitigano il gusto un po' ferroso della carne permettendo pure di godersela tutto l'anno. E se non sono cipolle, sarà l'uvetta, il pane tostato, il miele, le spezie. Purché il fegato sia curato sul fuoco, cucinato con amore e ben accompagnato nel piatto. E per non rischiare fraintendimenti, preferibilmente destinato ai gourmet già maggiorenni. *D.F.*

**C'È FEGATO E FEGATO**
Oltre a quello di vitello, ricercato per il suo sapore delicato e la tenerezza, i buongustai apprezzano il saporito fegato di maiale, raccomandato dai puristi del fegato alla veneziana e di altre ricette tradizionali tra cui la "mortadella di fegato", un tipico insaccato piemontese. In diverse preparazioni è poi richiesto il fegato dei volatili: in particolare quello d'oca è riservato al paté de foie gras, mentre i fegatini di pollo o di tacchino sono protagonisti dei crostini toscani e di alcune terrine. Dal punto di vista nutritivo, il fegato è l'unico alimento animale a fornire la vitamina C, ma soprattutto garantisce elevati apporti di ferro, proteine e vari tipi di vitamine.



## POLPETTINE DI FEGATO IN UMIDO

**PER 4 PERSONE**
**300 g di fegato di manzo (o di vitello) - 250 g di salsiccia - 150 g di pangrattato - 1 uovo - 50 g di uvetta - 1 mazzetto di prezzemolo - 100 g di rete di maiale - 1 scalogno - 1/2 bicchiere di vino bianco - 250 ml di passata di pomodoro - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Pulite il fegato, eliminate la pellicina e tritatelo al coltello. Ammollate l'uvetta in acqua calda per 15-20 minuti e sbattete l'uovo con un po' di sale e pepe. Spellate la salsiccia e sbriciolatela: amalgamatevi l'uovo sbattuto, il pangrattato, il fegato tritato e l'uvetta ammollata e asciugata. Con questo mix formate tante polpette con le mani ben inumidite.
● **2** Sciacquate la rete di maiale in acqua tiepida e ricavatene dei quadrati con cui poter avvolgere le polpette. Tritate lo scalogno e soffriggetelo in un tegame con un filo di olio; prelevate il soffritto e mettetelo da parte.
● 3 Rosolate nello stesso tegame le polpette, quindi unite il soffritto e sfumate con il vino; lasciate che evapori la parte alcolica, quindi aggiungete la passata di pomodoro. Salate e cuocete a fiamma dolce per una ventina di minuti. Insaporite con una manciatina di prezzemolo tritato e servite.

**FACILE ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 30 minuti ●** 570 cal/porzione

## COTOLETTE DI FEGATO CON SALSA AGRODOLCE DI CIPOLLE ALLA SENAPE

**PER 4 PERSONE**
**4 fette di fegato di vitello (da 150 g ciascuna) - 2 cipolle - 1 cucchiaino di semi di senape - 2 cucchiai di miele - peperoncino tritato - 1 ciuffo di salvia - 50 ml di aceto di mele - 2 uova - un limone non trattato - 100 g di fette biscottate tritate - 40 g di burro - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Sbucciate, lavate e affettate sottilmente le cipolle. Fatele appassire a fiamma dolcissima per una quindicina di minuti con un pizzico di sale e uno di peperoncino, la salvia, i semi di senape e un filo d'olio. Quando le cipolle saranno quasi trasparenti, unite il miele, poi sfumate con l'aceto e lasciatele sul fuoco ancora per qualche minuto. Sbattete le uova con un pizzico di pepe e poca scorza grattugiata del limone.
● **2** Eliminate la pellicina delle fette di fegato e passatele nelle uova sbattute. Sgocciolate l'eccesso di uovo e passatele nelle fette biscottate tritate.
● **3** Rosolate le cotolette nel burro spumeggiante, cuocendole un paio di minuti per lato. Asciugatele tra alcuni fogli di carta da cucina, salatele e servitele con la salsa di cipolle, completando con qualche fogliolina di prezzemolo.

**FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 25 minuti ● 385 cal/porzione**





Nella pagina accanto: piatto Serax, posate Mepra, ciotolina Asa Selection, tessuto Raw. In questa pagina: piattino Raw, tessuto fantasia Chantal Delorme. Indirizzi a pagina 6

Fegatelli allo spiedo
pag. 72



## TERRINA DI FEGATINI ALLO SPECK

**PER 6 PERSONE**
**350 g di fegatini di pollo - 1 cipolla - 100 g di carne trita di maiale - 125 g di carne trita di tacchino - 2 uova - 100 g di panna acida - 90 g di speck a fettine (più quello per guarnire) - 1 mazzetto di timo - 1 mazzetto di dragoncello - 20 g di burro - 1 spicchio d'aglio - sale - pepe**

● **1** Pulite i fegatini, tritateli grossolanamente e passateli pochi istanti nel burro spumeggiante con lo spicchio d'aglio schiacciato. Eliminate l'aglio e mettetelo da parte.
● **2** Sbattete leggermente le uova con un pizzico di sale, uno di pepe e la panna acida. In una terrina amalgamate i due tipi di carne trita; poi unite i fegatini rosolati, le uova preparate, lo speck tritato, un generoso pizzico di dragoncello tritato e qualche fogliolina di timo.
● **3** Trasferite il composto in uno stampo a cassetta da 1l, foderato con un foglio di carta da forno e cuocete a bagnomaria nel forno a 170° per 30-40 minuti. Lasciate intiepidire prima di sformare e guarnite con fettine di speck e rametti di timo.

**FACILE**
● **Preparazione 25 minuti + riposo**
● **Cottura 40 minuti** ● **300 cal/porzione**



## FEGATINI AI CARCIOFI

**PER 4 PERSONE**
**4 carciofi - 1/2 limone - 300 g di fegatini - 40 g di prosciutto crudo - 1/2 bicchiere di vino bianco - 1 rametto di rosmarino - 1 spicchio d'aglio - 20 g di burro - farina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Mondate i carciofi, eliminando le foglie esterne e dure e il fieno interno. Tagliateli a spicchietti tuffandoli man mano in acqua acidulata con qualche goccia di succo di limone.
● **2** Rosolate lo spicchio d'aglio con un filo d'olio in un tegame ed eliminatelo appena inizia a prendere colore; unite i carciofi, il prosciutto a striscioline e un pizzico di sale. Cuocete per 5-6 minuti, finché i carciofi saranno abbastanza morbidi e il prosciutto croccante. Togliete dal tegame e tenete da parte.
● **3** Pulite i fegatini e infarinateli leggermente, quindi rosolateli per 3-4 minuti nel tegame, aggiungendo il pezzettino di burro e il rosmarino.
● **4** Sfumate con il vino e lasciate che evapori la parte alcolica, quindi aggiungete nuovamente i carciofi col prosciutto: fate insaporire per un paio di minuti, pepate a piacere e servite.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 15 minuti** ● **210 cal/porzione**



## FEGATELLI ALLO SPIEDO

**PER 4 PERSONE**
**400 g di fegato di maiale - 100 g di rete di maiale - 50 g di pangrattato - 1/2 cucchiaio di semi di finocchietto - 2 fette di pane toscano - 1 fetta di rigatino toscano (simile al guanciale) da 40 g - un ciuffo di salvia - 2 foglie di alloro - cannella in polvere - 1/2 limone- olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Pulite il fegato e tagliatelo a pezzi di circa 20 g l'uno: raccoglieteli in una terrina e unite i semi di finocchietto pestati, le foglie di alloro e di salvia spezzettate e un pizzico di cannella. Rigirate i pezzetti di fegato nella marinata e lasciateli insaporire per un'ora, a recipiente coperto.
● **2** Sciacquate la rete di maiale in acqua tiepida e stendetela su piano: tagliatela a strisce, eliminando i cordoni di grasso più grossi. Passate i pezzi di fegato nel pangrattato e avvolgeteli con le strisce di rete.
● **3** Infilate i bocconi su spiedini di legno (in alternativa potete utilizzare rametti di alloro e rosmarino come quelli nelle foto), alternandoli a pezzetti di rigatino e di pane a cubetti. Ungete gli spiedini e cuoceteli su una piastra calda 2-3 minuti per lato, salando e pepando a piacere. Spruzzate con qualche goccia di succo di limone e servite.

**FACILE**
● **Prep. 25 minuti + riposo**
● **Cott. 10 min.** ● **430 cal/porzione**

# SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

IP




## DADI BIO DI BAUER

Il Dado Vegetale, il Dado di Carne e il Dado di Pollo, sono ora disponibili anche in versione bio. Tutti gli ingredienti, esclusivamente da agricoltura biologica, sono realizzati con Olio di Semi di Girasole Bio. Con sale iodato, senza grassi saturi, senza glutammato monosodico aggiunto, senza glutine e senza lattosio.




## BURGER VEGETALI VALSOIA

Valsoia presenta i nuovi Burger 100% vegetali, un mix di bontà e salute che unisce le proprietà nutrizionali della soia e la bontà di verdure e cereali. Ricchi in Proteine, a basso contenuto di grassi, con Vitamina B12 e senza OGM.




## BONTÁ VERDE SANTAL

Parmalat propone Bontà Verde Santàl, una gamma di Bevande Vegetali dalla consistenza vellutata e dal sapore ricco e gustoso. Le bevande vegetali sono frutto di un'accurata selezione di materie prime 100% Italiane e sono, inoltre, arricchite con calcio, per assicurare un nutrimento più completo. Senza OGM.




## VERDURE MEDITERRANEE OROGEL

Dolcissimi pomodorini semi-dry, gustose zucchine grigliate, saporite melanzane e coloratissimi peperoni, il tutto avvolto in una croccante panatura capace di esaltare il sapore di ogni singolo ingrediente. Con il mix Verdure Mediterranee, Orogel propone un piatto gustoso e facilissimo da preparare.




## BRISÉE SENZA GLUTINE BUITONI

Friabile e versatile, perfetta per le ricette dolci come per quelle salate, la Pasta Brisée fresca Senza Glutine di Buitoni è l'alleata ideale per i celiaci, ma buona per tutta la famiglia.




## OPERA® LA PERA

Il Consorzio "OPERA" nasce per comunicare il reale valore dei suoi frutti che deriva soprattutto dalla vocazione del territorio di origine (pianure del Nord Italia) e dalla competenza dei 1.000 frutticoltori associati. La Missione di Opera consiste nel perseguire la Sostenibilità Vera (Ambientale, Sociale ed Economica) dei Soci.




## SOLVAY® MICROGRANULI

La nuova formula di Bicarbonato Frutta & Verdura Solvay® in microgranuli di 100% purissimo bicarbonato, è particolarmente adatta per lavare in modo semplice ed efficace anche la frutta e verdura dalla buccia delicata senza rovinarla.




## ZUPPE INSAL'ARTE

Le zuppe di Insal'Arte, brand d'eccellenza di OrtoRomi, sono ideali per un pasto nutriente e salutare. Le specialità proposte sono preparate secondo le ricette della tradizione.



## AMERICAN PISTACHIOS

I pistacchi, antistress ed energetici, ricchi di vitamine e nutrienti, aiutano a migliorare l'umore e aumentano la concentrazione. Costituiscono, inoltre, quel tocco in più in tante ricette dolci e salate.

# Unioni difficili...

## ... MA NON IMPOSSIBILI! L'ABBINAMENTO CON IL FEGATO È ARDUO: IL GUSTO DI QUESTE FRATTAGLIE, TRA AMAROGNOLO E DOLCIASTRO, RICHIEDE NETTARI DEDICATI

**di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto**

### GUSTO E FIBRA DETTANO LA LINEA

Il fegato è tra le interiora una delle più complesse da accostare al vino. Il primo ostacolo è l'amaricante visceralità del gusto, una sensazione densa e persistente da accompagnare fino in fondo; l'altro aspetto impegnativo è la fibra che non somiglia a nessuna delle più ricorrenti e, in virtù del suo intreccio sapido e sanguigno, richiede un liquido dotato di una spiccata tattilità. La Schiava sudtirolese, il Montepulciano d'Abruzzo, soprattutto in un'intensa versione Cerasuolo, e il Piedirosso beneventano sposano le cotture semplici, le ricette classiche e se la cavano con successo anche di fronte a combinazioni tra materie di origine diversa.



### UN VINO PER OGNI FEGATO

Ora vediamole una a una.
La maggiore tenerezza del fegato di vitello richiede la soavità di un Pinot Bianco del Collio, utile sia durante la cottura sia a tavola dove segue preparazioni come la veneziana, nelle quali sono previsti ingredienti d'intonazione dolce.
La stoffa del Lagrein Scuro, quello ottenuto nei migliori vigneti dell'Alto Adige, condivide la medesima consistenza del fegato di bue e ne sposa le ricette tipiche delle stagioni fredde. La saporosa succulenza dei fegatelli di maiale è resa più accattivante dalla marinatura nelle erbe e dalla presenza della rete; ai rossi a base di Sangiovese – quelli di Montepulciano e di Montalcino hanno il piglio adeguato – il compito di contrastare sostanza e grassezza.
I fegatini di pollo, come quelli di altri volatili e di animali da cortile - si pensi al piccione e al coniglio - di rado sono consumati da soli e diventano protagonisti di paté, terrine oppure sono usati nei ripieni. In tali casi la presenza di altri ingredienti evoca il solido equilibrio di prodotti come il Trebbiano umbro, il Grillo di Marsala, il Rosato salentino a base di Negramaro e il Nero d'Avola.
Merita attenzione il fegato dell'agnello, la radicale veracità ovina e la sua corposità quasi languida invitano all'uso di un bianco altrettanto lascivo come la Falanghina prodotta in versione "vendemmia tardiva".




### ALTO ADIGE SCHIAVA

**Az. Agricola Gumphof, Fie allo Sciliar (BZ), 0471 601190, 9,50 €**
I pendii scoscesi della Valle Isarco qualificano la caratteristica sorbevolezza della Schiava e la rendono più fine e persistenze: ne impieghiamo l'eleganza sia sull'armonia tra il sapore agrodolce e la minerale vitalità delle cotolette di fegato di vitello sia sull'affumicata voluttà della terrina di fegatini di pollo (pag. 70 e pag. 72).

### ROSSO DI MONTEPULCIANO

**Le Casalte, Montepulciano (SI), 0578 798246, 11 €**
Il Rosso di Montepulciano è dotato di vigore odoroso per contenere la natura pungente del cibo, e di un sapore deciso che governa l'unto rimasto in eredità dalla cottura dei fegatelli allo spiedo che non diluisce il grasso della carne, anzi, rende più complesso il condimento con l'olio (pag. 72).

### NERO D'AVOLA CALCAREUS

**Az. Agricola Gueli, Grotte (AG), 320 2633268 - 328 3420183, 18 €**
Il nome del vino indica la composizione del suolo su cui poggia il vigneto, il calcare che dona al Nero d'Avola una fisionomia articolata trasformandolo in uno splendido rosso per le interiora: sulle polpette fa sentire la sua vocazione alle ricette al sugo e duetta con la varietà delle carni (pag. 69).

### BIANCO BRUCISCO

**Cantina Marco Merli, Casa del Diavolo (PG), 338 1029511, 13 €**
La schietta e generosa ricchezza del Trebbiano di Marco Merli, produttore naturale perugino di notevole talento, agisce sulla complicazione dei fegatini che si associa a quella dei carciofi; essenziale il ruolo del prosciutto che attenuta le asperità degli ingredienti principali (pag. 72).

# Il maestro del baccalà

## IL BANCO DI ROBERTO GHEZZI AL MERCATO DI PIAZZA SANTA MARIA DEL SUFFRAGIO, A MILANO, OFFRE IL MEGLIO DEL PESCE FRESCO E LAVORATO. E LO INTERPRETA CON GUSTO

**di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi**



**Baccalà con insalata di peperoni e mele al forno**
pag. 78

**IL PATRON E LO CHEF**
Roberto Ghezzi, dopo aver lavorato nell'attività di famiglia nel settore dei prodotti ittici conservati e semilavorati ha aperto una nuova azienda, la Schooner, che seleziona, lavora e distribuisce anche pesce fresco d'altura. Recentemente ha aperto un banco del pesce al mercato di Santa Maria del Suffragio, a Milano, dove i suoi prodotti si possono acquistare o degustare, cucinati dallo chef Mauro Boerchio, diplomato all'Alma e responsabile di cucina Schooner.



Il vecchio mercato comunale di Piazza Santa Maria del Suffragio di Milano si è trasformato in un vero e proprio centro gourmet. Al corner pescheria di Roberto Ghezzi non manca niente: dal pesce lavorato che arriva direttamente dalla sua azienda insieme a una preziosa selezione di alta gastronomia, come il fegato di pescatrice rosato sott'olio, a quello fresco fornito dalla famiglia Volpe che da tre generazioni gestisce la migliore pescheria di Viareggio. Tutto da acquistare o gustare in loco già cucinato. Un paradiso per tutti gli amanti della cucina di pesce, e in particolare per gli appassionati di baccalà, che qui è al top della qualità. Il segreto? Ce lo spiega lo stesso Ghezzi, uno dei massimi esperti in materia: "Il prodotto deve essere poco condizionato dal sale, dal fumo e dal sistema di conservazione, solo così arriva in tavola mantenendo pressoché intatto il suo sapore originario". E aggiunge un consiglio: per riconoscere il vero baccalà da quello "falso", al momento di degustarlo basta premere la polpa con una forchetta, se si sfalda seguendo la sua struttura naturale e non si spappola la qualità è garantita.







SCELTA DI QUALITÀ
Mauro taglia a fettine il filetto di baccalà con la supervisione di Roberto Ghezzi. Per preparare questo piatto è stata scelta la selezione Gran Gourmet Schooner.







## BACCALÀ CON INSALATA DI PEPERONI E MELE AL FORNO

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

**per il baccalà: 500 g di filetto di baccalà (tagliato nella parte centrale) dissalato - mix di pepe nero, bianco, verde, rosa e della Giamaica - olio d'oliva - sale a scaglie**
**per l'insalata di peperoni e cipolle: 2 peperoni rossi e 2 verdi - 2 piccole cipolle rosse - olio d'oliva - aceto di sidro - sale**
**per le mele: 2 mele Royal Gala - 10 g di zucchero - 20 g circa di burro - un pizzico di sale**
**per la salsa: 5 spicchi d'aglio - 3 anelli di peperoncino rosso secco - 50 g di peperone verde tritato - 100 g di patate a tocchetti - 300 ml di brodo di pesce - 5 gocce di tabasco - 50 ml di olio d'oliva - sale - pepe**

● **1** Avvolgete il filetto di baccalà nella pellicola e tenetelo nel congelatore per circa 18 ore. Lasciatelo scongelare leggermente, poi tagliatelo a fettine con un coltello affilato o, se l'avete, con l'affettatrice, sistemandole su fogli di carta da forno. Passate il tutto in frigorifero.
● **2** Preparate l'insalata: ungete di olio i peperoni interi, salateli e avvolgeteli, singolarmente, in fogli di alluminio.
● **3** Ungete le cipolle di olio e avvolgete anche queste nell'alluminio. Sistemate i cartocci in una teglia e infornate a 180° per 1 ora e 1/2, girandoli a metà cottura.
● **4** Pelate e mondate i peperoni, poi tagliateli a striscioline. Dividete a spicchietti le cipolle. Sistemate tutte le verdure in una ciotola e conditele con aceto di sidro, olio e sale.
● **5** Preparate le mele. Tagliatele in 8 spicchi, sistemateli su una placca foderata con carta da forno, distribuitevi il sale, lo zucchero, il burro e infornate a 180° per 10-12 minuti.
● **6** Preparate la salsa: fate soffriggere nell'olio l'aglio e il peperoncino a fettine, eliminateli, unite prima il peperone tritato, poi le patate; bagnate con il brodo e cuocete a fuoco basso.
● **7** Frullate il composto fino a ottenere una salsa cremosa; conditela con sale, pepe e tabasco. Distribuite sui piatti gli spicchi di mela e l'insalata di verdure, sistematevi sopra le fettine di baccalà e scaldatele leggermente con un cannello a gas; condite con sale a scaglie, il mix di pepi e olio; guarnite, se vi piace, con rucola e pelle di baccalà fritta.









## SPIEDINI CON VINAIGRETTE DI MANDORLE E CURRY

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE**
400 g di filetto di baccalà (tagliato nella parte centrale) dissalato - 1 spicchio di aglio - 5 foglioline di rosmarino tritate - la scorza di 1 limone non trattato - 2 porri - 6 cimette di cavolfiore - 6 fettine di pancetta - 100 ml di olio d'oliva - olio di semi - sale a scaglie
per la vinaigrette: 50 g di mandorle tostate - 250 ml di olio d'oliva - 85 ml di aceto di Jerez - 1 cucchiaino di curry - 2 cucchiai di erba cipollina tritata - sale - pepe

● **1** Ricavate dal filetto di baccalà 8 cubetti di circa 2,5 cm di lato. Versate in una ciotola l'olio, l'aglio, il rosmarino e la scorza di limone tagliata a filettini. Immergetevi i cubetti di baccalà e lasciateli marinare per un'ora.
● **2** Tagliate 6 cilindri di porro di circa 3 cm e sbianchiteli immergendoli per 2-3 minuti in acqua bollente salata; raffreddateli velocemente in acqua ghiacciata.
● **3** Scaldate in un tegame a pareti alte abbondante olio di semi, appena è ben caldo (la temperatura ideale è di 190°) immergetevi, una alla volta, le cimette di cavolfiore infilzate su uno spiedino di legno.
● **4** Scolate i cubetti di baccalà dalla marinata; avvolgete ogni cubetto in una fettina di pancetta.
● **5** Predisponete 4 spiedini di 15-20 cm e infilzatevi, alternandoli, i cubetti di baccalà, i tronchetti di porro e, infine, le cimette di cavolfiore.
● **6** Preparate la vinaigrette: tritate le mandorle tostate e raccoglietele in una ciotola. Aggiungete l'olio, l'aceto, il curry e l'erba cipollina. Regolate di sale e pepe e frullate fino a ottenere una salsa ben emulsionata. Fate dorare gli spiedini su una piastra o in una padella con un po' di olio e terminate la cottura in forno a 200° per 2-3 minuti. Sistemateli sui piatti e conditeli con la vinaigrette di mandorle e scaglie di sale.















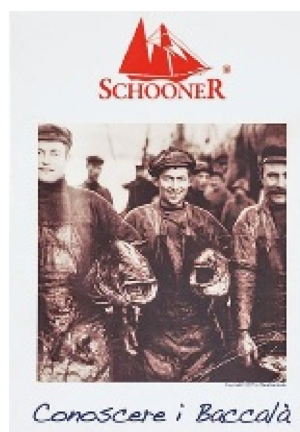






### VELE PORTAFORTUNA

Il nome scelto per l'azienda "Schooner" è un omaggio a un tipo di veliero straordinario e, naturalmente, veloce, che fu varato nei mari del New England nel 1713. Grazie alla sua velocità questa imbarcazione fu la prima a portare a terra, fresco, il pesce d'altura. Da qui la scelta propiziatoria del nome e del suo disegno a marchio dell'azienda, riprodotto anche su immagini istutuzionali come quella a lato.






MAURIZIO BUSSOLON

# Val di Fiemme

CIRCONDATA DA SPLENDIDI MASSICCI DOLOMITICI, RICCA DI CENTRI MEDIEVALI CON ANTICHI PALAZZI AFFRESCATI, OFFRE UNA CUCINA D'ALTA QUOTA NON PRIVA DI TOCCHI RAFFINATI

**a cura di Daniela Falsitta, testi di Enrico Saravalle, foto di Monica Vinella, ricette del ristorante Miòla e La Stüa**



FOTO ORLERIMAGES.COM



A sinistra, il campanile della Pieve arcipretale di Cavalese e, in basso, un'opera in ghiaccio di Marco Nones per il museo di land art sull'Alpe Pampeago.







Nella sequenza qui sopra, da sinistra: una scultura del laboratorio Cose di legno, la facciata del municipio di Tesero, la torre civica di Cavalese e due personaggi di Bepo l'artigiano, laboratorio artistico di Tesero.



## SMACAFAM ("SCACCIA FAME")
### (RISTORANTE MIÒLA)

**PER 4 PERSONE**
**200 g di farina "00" - 50 g di farina di grano saraceno - 0,5 l di latte - 2 uova - 100 g di lucanica trentina fresca (salsiccia tipica) - 100 g di lucanica stagionata (o un salamino saporito) - sale**

● **1** Spellate la lucanica fresca e sbriciolatela. Fatela rosolare in una padella senza condimento in quanto è già grassa, salata e speziata. Raccoglietela con un mestolo forato e fatela raffreddare.
● **2** Riunite in una ciotola le due farine, le uova e il latte, sbattete il composto con la frusta a mano o elettrica in modo da ottenere una pastella molto omogenea. Aggiungete la lucanica stagionata a pezzetti, amalgamateli bene e salate leggermente.
● **2** Versare l'impasto in una teglia possibilmente di rame e fatevi cadere la lucanica fresca rosolata. Infornate a 180° per circa 20 minuti.

**FACILE**
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **480 cal/porzione**



## ZUPPA D'ORZO (RISTORANTE MIÒLA)

**PER 4 PERSONE**
**100 g orzo grezzo (o mondo) - 400 g di verdure miste (carote, zucchine, patate, cavolo, biete, sedano) - 200 g di cannellini lessati - 1 cipolla - un pezzo di speck (circa 100 g) - vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Riducete lo speck a cubetti, mondate e tagliate a dadini la verdura e lavate l'orzo. Sbucciate la cipolla, affettatela e fatela imbiondire in un tegame con lo speck e un filo d'olio. Aggiungete l'orzo e sfumate con un bicchierino di vino bianco.
● **2** Versate 1,5 l d'acqua bollente, aggiungete tutta la verdura e fate cuocere a fuoco lento per un paio d'ore unendo i fagioli negli ultimi 10 minuti. Alla fine regolate di sale e pepate. Servite, se vi piace, con crostini di pane.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 135 minuti**
● **260 cal/porzione**



## STRUCHEL DI PATATE CON FONDUTA
(RISTORANTE COSTA SALICI)

Schiacciate 1 kg di patate lesse, aggiungete 150 g di farina, 2 tuorli, un po' di sale e formate un impasto. Sbollentate e scolate 500 g di spinaci selvatici, 500 g di ortiche di montagna e 500 g di cicoria. In una casseruola fate appassire poca cipolla tritata, aggiungete le erbe e fate cucinare per 5 minuti. Tritatele a coltello e poi unite 100 g di uvetta ammollata, 150 g di trentingrana, 500 g di ricotta e un po' di sale. Dividete la pasta su 2 canovacci formando 2 quadrati di circa 20x20 cm. Spalmatevi sopra il ripieno, arrotolate gli struchel nei canovacci e legateli con lo spago. Lessateli per 20 minuti e fateli raffreddare in acqua fredda. Affettate gli struchel a rondelle e servite con burro fuso, trentingrana grattugiato e una fonduta preparata con 120 g di latte, 120 g di panna fresca e 240 g di formaggio di malga mediamente stagionato. Guarnite con tartufo nero trentino.

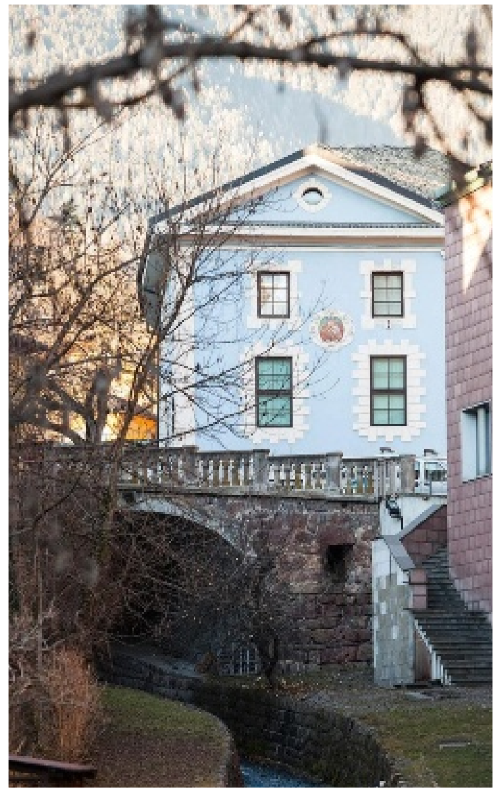


F.MODICA/VISITFEMME.IT

Una pista dell'Alpe Cermis, a cui si accede con due cabinovie in partenza da Cavalese. La skiarea comprende sette impianti e 24 km di piste, tra cui la famosa nera Olimpia, provvista di illuminazione per sciare in notturna.




La pista Agnello sull'Alpe Pampeago. Sotto, Palazzo Alberti, a Cavalese; in basso a sinistra un dettaglio del palazzo della Magnifica Comunità di Fiemme e un Erker (bow window) di Tesero.







Sciare sotto le stelle o scoprire opere d'arte in quota, seguire le orme dei cervi o incantarsi di fronte ai colori delle Dolomiti al tramonto, sfrecciare a bordo di un Alpine Coaster tra gli abeti o visitare le prigioni delle streghe: eccolo l'inverno della Val di Fiemme, un mix di emozioni, sport e cultura. Circondata dai massicci spettacolari di Latemar, Catinaccio e Lagorai, la vallata è disseminata da antichi borghi e villaggi che raccontano la lunga storia delle sue genti. Castello di Fiemme, un tempo dominato da una fortezza posta su un colle roccioso, conserva ancora, nei vicoli del suo centro storico, vecchie case rusticamente chic, impreziosite da affreschi a soggetto sacro e fregi. Nel cuore della Valle, Tesero è famoso per la tradizione millenaria della lavorazione del legno che rivive nelle botteghe disseminate tra vicoli e stradine mentre Predazzo potrebbe entrare nel Guinness dei Primati per la varietà di rocce presenti sul suo territorio, tutte riunite nella straordinaria raccolta di minerali e fossili del Museo Geologico delle Dolomiti. Cavalese è la piccola capitale della Valle da quando, nel Medio Evo, ospitava gli emissari del Vescovo Principe di Trento. Gli abitanti del borgo e degli altri villaggi, per difendersi dalle ingerenze del Principe Vescovo e dei signorotti feudali, si riunirono nella Magnifica Comunità di Fiemme, che amministrava (e amministra ancora oggi) il territorio con oculatezza e giustizia sociale. Abitato da molte famiglie benestanti, il paese si arricchì, proprio in quei secoli, di palazzi signorili impreziositi da dipinti, fregi e decorazioni che testimoniavano la ricchezza e la potenza dei loro proprietari. Uno di questi palazzi, un tempo residenza estiva dei Vescovi di Trento, a metà '800 diventò sede di rappresentanza della Magnifica Comunità e oggi è un museo con saloni affrescati, raccolte d'arte e mostre temporanee (curiosa e, insieme, pulp, quella dedicata alle maschere dei Krampus, personaggi demoniaci che, per tradizione, accompagnano il corteo di San Nicola). Arte a parte, protagonisti della Valle sono gli sport bianchi: per i fondisti vi sono 150 km di anelli, mentre lo sci alpino regala grandi emozioni con le piste del Cermìs che si tuffano su Cavalese (famosissima, la lunga e sinuosa Olimpia, illuminata per lo sci notturno), lo Ski Center Latemar e la skiarea Bellamonte-Alpe Lusia, nel Parco Naturale Paneveggio – Pale di San Martino.

> *segue a pag. 85*

## TACCUINO DI VIAGGIO

**BERGHOTEL MIRAMONTI**
www.berghotelmiramonti.it/
In località Stava, a Tesero, uno chalet in puro Alpenstil, le cui camere sono dedicate alle cime che si ammirano dalle finestre.

**MIÒLA**
loc. Miola 1, Predazzo
tel. 0462 501924
Un maso che serve prelibatezze come i canederli di formaggio Puzzone e gli gnocchi di polenta con ragù di coniglio.

**COSTA SALICI**
via Costa Salici 10 Cavalese
tel. 0462 340140
Ristorantino sciccoso dove provare la punta di petto di cervo ai finferli o lo struchel di erbette con fonduta.

**CANTINETTA**
via Val del Ru 11, Varena
tel. 0462 231300
Stufa di ceramica, sculture in legno e ricettari della nonna.

**LA STÜA**
piazza Dante, Cavalese
tel. 0462 340235
Alle pareti i ritratti di Sissi e di Franz Josef; nel menu, zuppa d’orzo, selvaggina, strudel.

**BIRRA DI FIEMME**
via Colonia 60, Daiano
Birrificio che utilizza malti e luppoli eccezionali.

**DAGOSTIN**
piazza Mercato 1, Varena
Speck, lucaniche (anche di cervo e capra) e salamini.

**CASEIFICIO SOCIALE VAL DI FIEMME**
via Nazionale 8, Carano
Ogni venerdì, visite guidate per assistere alla produzione.

**L’ONES**
via Costa 32, Panchià
Infusi di erbe, frutti e bacche.

**COSE BUONE DA PAOLO**
Piazza Scopoli 12, Cavalese
Capolavori dolci ispirati ai ricettari tradizionali fiemmesi.

**APT VAL DI FIEMME**
tel. 0462.241111, visitfiemme.it

## FLINCHI (RISTORANTE MIÒLA)

**PER 8 PERSONE**
**200 g di polenta gialla fredda - 200 g di patate lesse - 1 uovo - 2/3 cucchiai di farina bianca - olio per friggere - zucchero a velo - confettura di prugne o di mirtilli rossi - sale**

● **1** Riducete la polenta a cubetti (potete utilizzare anche quella precotta) e passatela nello schiacciapatate.
● **2** Passate nello schiacciapatate le patate fredde e riunitele con la polenta in una terrina. Aggiungere l’uovo, la farina e poco sale. Mescolate bene fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo.
● **3** Con due cucchiai formate delle quenelle e friggetele in abbondante olio. Una volta dorate da entrambi i lati trasferitele su carta da cucina per asciugare l’olio in eccesso. Spolverizzate i flinchi con lo zucchero a velo e serviteli caldi con la confettura a parte.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 10 minuti** ● **290 cal/porzione**





A.CAMPANILE/VISITFIEMME.IT

Uno dei circa 2000 cervi che popolano il Parco Naturale Paneveggio Pale di San Martino. Sono questi i boschi in cui cresce l'abete rosso di risonanza da cui si ricava il legno per i violini.

Qui sotto, La Stüa di Cavalese e la produzione del trentingrana nel Caseificio Sociale. In basso, un tagliere di formaggi da Costa Salici e la cantina di stagionatura.









> *segue da pag. 83*

Come se non bastasse, pure gli appassionati di snowboard trovano neve per le loro tavole: nello snowpark del Rolle, o in quelli della Morea, del Cermìs e del Latemar. Anche sciando si possono fare incontri ravvicinati con l'arte: ai lati della pista Agnello di Pampeago, infatti, si trova RespirArt un museo a cielo aperto con una decina di installazioni fra cui Cocoon, Natura Viva e Mind Eye, sculture realizzate con rami, pietre, lana, foglie e quindi destinate ad essere modificate o, addirittura distrutte, dagli agenti atmosferici. E, ancora, si va a ciaspolare nel Bosco che Suona dove gli abeti rossi vengono adottati da musicisti di fama mondiale o nella Foresta dei Violini, all'interno del Parco Naturale Paneveggio-Pale di San Martino, dove crescono gli abeti di risonanza con cui si realizzano preziosissimi strumenti musicali e sono garantiti gli incontri ravvicinati con maestosi esemplari di cervo.

## Tra formaggi Dop e birre d'autore

Nei secoli passati, l'isolamento della valle e la conformazione del suo territorio hanno dato vita ad un'economia autarchica, basata quasi esclusivamente sull'allevamento e su un'agricoltura no limits che regalava materie prime povere ma gustose trasformate secondo i ricettari delle nonne in pietanze sapide e appetitose. Anche oggi, le eccellenze gastronomiche della Valle sono legate a produzioni di nicchia, come quella dei formaggi: proprio sulla Strada dei Formaggi delle Dolomiti, si trova il Caseificio Val di Fiemme da cui escono il trentingrana DOP, il formae Val di Fiemme (di latte intero crudo e dal sapore deciso) e il caprino Cavalese, impreziosito con l'aggiunta di erbe di montagna o affinato in fosse di tufo. Accanto al formaggio, punte emergenti della gastronomia locale sono speck, lucanica e miele (imperdibile quello di rododendro). E se l'altitudine impedisce la produzione di vino, ecco la birra: a rinverdire la tradizione dei mastri birrai di un tempo ha pensato il microbirrificio di Daiano con le sue birre dai sapori e aromi di malto, nocciola, caffè, agrumi.

# Marsala

## CON LA CARNE E CON IL PESCE E, OVVIAMENTE, CON LE CREME E I DOLCI RIVELA IL SUO APPEAL INTENSAMENTE AROMATICO CHE PROFUMA DI STORIA

**testo di Daniela Falsitta, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Stefania Aledi**

Forse non meritava la bella Marsala, città di origini fenicie, definita da Cicerone "splendidissima urbs", sopravvissuta ad arabi, normanni e spagnoli, d'essere oscurata dal suo vino. La stessa sorte è toccata ad altri luoghi, sia chiaro, ma solo Marsala è la prova che nemmeno un simbolo patriottico come la spedizione dei Mille, che sbarcarono proprio qui nel 1860 (i valorosi erano diretti altrove ma colsero al volo la confusione creata dall'arrivo di navi britanniche), ha potuto rivaleggiare con la fama delle bottiglie. Per colmo di coincidenza le due storie, la garibaldina e quella alcolica, si assomigliano: entrambe parlano di navi, di viaggi e degli inglesi. Fu un commerciante di Liverpool, infatti, a cogliere le potenzialità di questo vino unendovi acquavite per non farlo inacidire.

*> segue a pag. 89*






## Gamberoni al Marsala con patate schiacciate

pag. 88

In questo servizio, alcuni dei poster pubblicitari che le Cantine Florio commissionavano nei primi decenni del Novecento.



Arrosto di tacchino al latte e Marsala

## GAMBERONI AL MARSALA CON PATATE SCHIACCIATE

**PER 4 PERSONE**
**1 kg di gamberoni rossi - 500 g di patate - uno spicchio d'aglio - 1/2 dl di Marsala - 10 g di erba cipollina - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - pepe nero - sale**

● **1** Lavate le patate, trasferitele in una casseruola con acqua fredda e cuocetele per 30 minuti dall'inizio dell'ebollizione. Sbucciate, eliminate l'anima centrale e tritate finemente lo spicchio d'aglio. Eliminate il carapace dai gamberoni lasciando attaccata la testa e la codina e sfilate il filo intestinale.
● **2** Scolate le patate, pelatele, schiacciatele grossolanamente con la forchetta e tenetele in caldo. Sciogliete il burro in un'ampia padella antiaderente, unite un cucchiaio d'olio, l'aglio tritato e lasciate soffriggere qualche secondo.
● **3** Unite i gamberoni, cuoceteli su fiamma vivace 30 secondi per lato, regolate di sale, versate il Marsala e lasciatelo evaporare della metà. Disponete i gamberoni con il loro fondo di cottura sulle patate e completate con una macinata di pepe e l'erba cipollina tagliuzzata.

**FACILISSIMA**
● **Preparazione 10 minuti**
● **Cottura 45 minuti**
● **415 cal/porzione**

## ARROSTO DI TACCHINO AL LATTE E MARSALA

**PER 4 PERSONE**
**800 g di fesa di tacchino aperta a libro - 80 g di pancetta affumicata a fette - 1 dl di Marsala - salvia - un litro di latte - 3 spicchi d'aglio - un limone non trattato - 20 g di farina - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Ponete la fesa di tacchino tra due fogli di carta da forno e battetela con un pestacarne per assottigliarla. Tritate la pancetta con 6 foglie di salvia e la scorza di 1/2 limone prelevata con un pelapatate. Insaporitela con una presa di sale e una macinata di pepe e cospargetela con il trito preparato.
● **2** Arrotolate la carne e legatela con più giri di spago da cucina. Infarinatela e rosolatela in una casseruola con il burro e un cucchiaio d'olio, rigirandola su tutti i lati. Bagnatela con il Marsala e lasciatelo evaporare, unite gli spicchi d'aglio schiacciati e il latte caldo e cuocete la carne su fiamma bassa per 50 minuti.
● **3** Eliminate l'aglio, scolate la carne tenendo il fondo di cottura e frullatelo con un mixer a immersione. Eliminate lo spago e servite la carne tagliata a fette con la scorza rimasta grattugiata, una macinata di pepe e, se vi piace, un paio di fogliolini di salvia a julienne.

**FACILE**
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 55 minuti**
● **570 cal/porzione**

## QUASI UN TIRAMISÙ AL MARSALA

**PER 4 PERSONE**
**mezzo litro di latte - 2 uova - 2 tuorli - 2 dl di Marsala - 100 g di zucchero - 80 g di farina - 100 g di savoiardi morbidi - 2 dl di caffè - 2 dl di panna fresca - 4-5 chicchi di caffè**

● **1** Riunite le uova e i tuorli in una terrina e montateli insieme allo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungete la farina setacciandola poco per volta, versate anche il Marsala e amalgamatelo agli altri ingredienti.
● **2** Versate a filo il latte intiepidito, mescolate con una frusta e cuocete la crema su fiamma bassa per 7-8 minuti mescolando in continuazione. Versatela in una terrina, copritela a contatto con un foglio di pellicola per alimenti e lasciate raffreddare.
● **3** Montate la panna e amalgamatela delicatamente alla crema, bagnate i savoiardi nel caffè e disponeteli in 4 coppe monoporzione alternandoli con strati di crema. Fate riposare in frigo per 2 ore e servite cospargendo con i chicchi di caffè pestati.

**FACILISSIMA**
● **Preparazione 10 minuti**
● **Cottura 30 min.** ● **695 cal/bicchiere**

> *segue da pag. 86*

All’enorme successo contribuirono i Florio, colti e illuminati produttori, aperti all’arte e alla cultura. Il loro esempio fece scuola e, nel 1900, le cantine erano già 40. Molte di esse sopravvivono, altre hanno lasciato edifici ricchi d’atmosfera, tutte hanno contribuito alla diffusione del Marsala nel mondo. Nel frattempo questo vino ha fatto conoscere molto di sé anche in cucina, divenendo l’aroma di molti piatti nati nella Sicilia occidentale e non solo. Con il Marsala si irrora il sugo di tonno per le busiate, la pasta fresca del trapanese, e la farcia dei cannoli, ma lo si adopera anche con il Seiràss piemontese (sorta di ricotta), nella Gubana del Friuli, nelle animelle laziali. E, ancora, con il Marsala si sfumano con successo selvaggina, arrosti, carni bianche e rosse (si pensi alle famose scaloppine), pesce e crostacei. Bastano mezzo bicchierino o poco più per far caramellare gli scalogni e per glassare lo stinco di maiale, ancora meno per profumare e rendere più soffici le ciambelle, più avvolgenti gli zabaioni, o per aggiungere intensità a tante ricette create quasi ogni giorno a km di distanza dalla città natale.




Quasi un tiramisù al Marsala

# MADE IN ITALY
## CONOSCERE E GUSTARE LE ECCELLENZE

# Bitto

## È UN ANTICO FORMAGGIO VALTELLINESE D'ALPEGGIO, DELIZIOSO IN CUCINA NELLE RICETTE DELLA TRADIZIONE, ECCELLENTE IN PUREZZA QUANDO È STAGIONATO

**di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, styling di Laura Cereda, scelta del vino di Sandro Sangiorgi**

C'era una volta il bitto... e c'è ancora. Ma la storia dell'antico formaggio valtellinese negli ultimi 20 anni è stata molto burrascosa, tanto che si è parlato di una vera "guerra del bitto". Da una parte i sostenitori del bitto storico, appoggiati da Slow Food: un pugno di allevatori fedeli alla ricetta secolare, immutata nel tempo, quando il formaggio si lavorava solo in una piccola area della Valtellina (ni di Gerola Alta e Albaredo). Dall'altra il Consorzio Tutela Valtellina Casera e Bitto, con un'ottantina di casari che seguono il recente disciplinare della Dop (1994) e le successive modifiche (2005). Pochi mesi fa i due gruppi di produttori si sono scissi: quelli del bitto storico, che si ritengono ormai estranei alla Dop, hanno cambiato nome al loro formaggio, battezzato Storico Ribelle.



Questo formaggio di nicchia, presidio Slow Food, è prodotto in 2000 forme l'anno secondo la tradizione purissima: animali alimentati esclusivamente a erba; produzione nei mesi estivi sui pascoli di montagna, nelle antiche stazioni di alpeggio; lavorazione a caldo, non oltre i 30 minuti dalla mungitura; attrezzi in legno, che contribuiscono a mantenere la microflora del latte e regalano aromi e gusti peculiari; latte all'80% di vacca e al 20% di capre autoctone orobiche; salatura a secco nelle fascere in legno, che rendono la crosta più delicata; stagionatura da un minimo di 12 mesi fino a 10 anni.

## Dop con l'etichetta rossa

Il disciplinare del bitto Dop, invece, prevede alcune deroghe alla tradizione: l'area di produzione è più ampia, con Comuni della Val Brembana e della provincia di Lecco; l'alimentazione delle vacche è integrata con una piccola parte di mangimi; il latte di capra è facoltativo e non oltre il 10%; la stagionatura è di minimo 70 giorni. Il bitto Dop si riconosce dall'etichetta rossa (foto nella pagina precedente), con il logo del Consorzio e il marchio europeo. Si festeggia ogni anno con la Mostra del Bitto, a Morbegno nel mese di ottobre.
All'assaggio il bitto giovane è dolce e aromatico, con sentori di erba e fiori secchi. Quando è stagionato, la pasta si fa più dura e compatta e il gusto ricco e deciso, con note di fieno e latte caprino. Un formaggio da meditazione, da gustare lentamente in purezza, con un vino corposo. Ma il bitto fresco è anche protagonista di molte ricette tipiche della Valtellina: in primis i pizzoccheri, il piatto simbolo della zona; gli sciat, frittelline di farina di grano saraceno con un cuore di formaggio fuso; e la polenta taragna, di mais e grano saraceno, mantecata con il bitto. Al di fuori della tradizione, il bitto può insaporire tanti piatti diversi: antipasti con la bresaola; insalate e verdure al forno; primi come crespelle, risotti, paste ripiene e gnocchi; torte salate e sformati. Senza dimenticare la deliziosa fonduta.




**BERE GIUSTO**
**Il gusto sapido di stalla ed erbe del bitto è assorbito dalla cremosità delle patate e dalla freschezza della verza; dall'altra parte c'è la bresaola che dona alle frittelle una vena di energia. Scegliamo un Sassella che sente vicini tutti gli ingredienti valtellinesi e lascia emergere intatta dal formaggio l'impronta del latte e la sua voluttuosa ricchezza.**



### FRITTELLINE DI BITTO, VERZA E BRESAOLA

**PER 4 PERSONE**
**2 patate medie - 200 g di verza - 1 scalogno - 180 g di bitto Dop - 50 g di bresaola - 1 uovo - 100 g di pangrattato - salvia - 10 g di burro - olio per friggere - sale - pepe**

● **1** Lessate le foglie di verza per circa 6-7 minuti, poi scolatele, asciugatele e tritatele. Tritate lo scalogno con qualche fogliolina di salvia e soffriggeteli con il burro e un pizzico di sale. Unite la verza e fatela insaporire per qualche istante.
● **2** Tagliate il bitto a cubetti di 1,5 cm e passateli in freezer. Nel frattempo lessate le patate, quindi sbucciatele e riducetele in purea. Amalgamate alla purea la verza, la bresaola tritata e l'uovo leggermente sbattuto; regolate di sale e pepate.
● **3** Formate tante polpettine della dimensione di una piccola noce e mettete al centro di ognuna un cubetto di bitto. Passate nel pangrattato e friggetele in una padella con olio caldo. Asciugate le polpettine su carta per fritti e servitele immediatamente.

**FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 30 minuti ● 480 cal/porzione**



# Chiacchiere

## FIORI, INTRECCI, FIOCCHI, QUADROTTI. I DOLCI PIÙ GHIOTTI DI CARNEVALE SI VESTONO DI FORME SFIZIOSE. TUTTE IRRESISTIBILI E CROCCANTI

**a cura di Marina Cella, ricette di Livia Sala, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina**

Si fa presto a dire chiacchiere. I popolari dolci carnevaleschi cambiano nome da una regione all'altra: per l'Artusi sono cenci, alla toscana; ma in Liguria e in Piemonte diventano bugie; chiacchiere appunto in Lombardia e al Sud; crostoli e galani in Veneto; frappe o intrigoni in Emilia Romagna e così via. Se i nomi variano, gli ingredienti di questo street food ante litteram si sovrappongono: un impasto semplice (farina, zucchero, uova, burro), aromatizzato (non sempre) da una nota alcolica (grappa, Vinsanto, Cognac, Marsala) e tirato in una sfoglia sottile. La pasta, tagliata a strisce o a quadrotti, viene smerlata oppure annodata in fogge diverse; infine fritta in olio bollente o strutto. Le chiacchiere devono essere croccanti, friabili e gonfie: gli esperti consigliano di usare una farina forte (ricca di glutine), che cresce in cottura e assorbe pochissimo olio, rendendo il fritto leggero; c'è anche chi aggiunge una punta di lievito. Prima di servire, immancabile una spolverizzata di zucchero a velo o semolato ma ci sono varianti al miele, al cioccolato e all'alchermes.



Chiacchiere alla panna

pag. 100

In tutto il servizio: tavolo da bistrò in ferro vintage da 100FA. Nella pagina accanto: coperchio in latta vintage da 100FA. Indirizzi a pagina 6



## FIORI ALLA CANNELLA CON CREMA DI MASCARPONE AL LIMONE

**PER 4 PERSONE**
**250 g di farina - 3 uova - 1 cucchiaio di succo d'arancia - 2 cucchiai di zucchero - 1/2 cucchiaino da caffè di cannella in polvere - 100 g di mascarpone - la scorza grattugiata di 1/2 limone non trattato - olio di arachidi per friggere**

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro, versate al centro 2 uova sbattute con il succo d'arancia, 1 cucchiaio di zucchero e la cannella e lavorate il composto fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Formate una palla, avvolgetela con la pellicola e fatela riposare per almeno mezz'ora in luogo tiepido.
● **2** Stendete la pasta sottile con l'apposita macchinetta (se non la possedete usate il matterello), quindi ricavate tanti dischetti di 2 diametri diversi (6 e 4 cm). Incidete i bordi con tagli radiali di 1,5 cm. Sovrapponete i dischi piccoli ai grandi, premendo al centro con un dito per farli aderire e formando tanti fiori. Friggete i fiori in abbondante olio caldo, scolateli quando sono dorati e fateli asciugare su carta per fritti.
● **3** Sgusciate l'uovo rimasto, montate l'albume e tenetelo da parte; montate anche il tuorlo con lo zucchero rimanente e la scorza di limone, quindi incorporatevi prima il mascarpone, poi, delicatamente, l'albume. Disponete al centro di ciascun fiore un cucchiaino di crema e servite i dolci con la crema restante a parte.

**FACILE ● Preparazione 35 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 415 cal/porzione**



Risole con confettura di frutta
pag. 100

Vassoio fatto a mano Forme di Farina, tovagliolo in lino Once Milano, ciotolina L'Arte nel Pozzo, bicchiere da Ikea. Nella pagina accanto: vassoio vintage da Novità Home, americana con decoro in seta Sen. Indirizzi a pagina 6



1



2



3



4

## CHIACCHIERE MILLERIGHE AL CACAO

**PER 8 PERSONE**
**380 g di farina - 2 uova - 40 g di burro - 2 cucchiai di zucchero - 80 ml di latte - 1 cucchiaio di cacao - olio di arachidi per friggere - farina per la lavorazione**

● **1** Preparate due impasti, uno bianco e uno al cacao. Disponete sul piano di lavoro metà della farina a fontana e unite 1 cucchiaio di zucchero, 1 uovo, metà burro morbido e metà latte; impastate gli ingredienti e formate una palla. ● **2** Preparate il secondo impasto, aggiungendo agli ingredienti rimasti anche il cacao setacciato. ● **3** Infarinate leggermente le 2 palle di pasta preparate, avvolgetele con la pellicola e fate riposare in frigorifero per un'ora. ● **4** Riprendete gli impasti, appiattiteli un poco, prima con le mani, poi con il matterello, formando due strisce per ciascun colore. ● **5** Sovrapponete le 4 strisce, alternando i colori, quindi tagliate a metà il panetto ottenuto e sovrapponete le due metà. ● **6** Ricavate dal panetto tante fette di 1 cm scarso di spessore e infarinatele leggermente.● **7** Passate le fette attraverso la macchinetta tirapasta, montata al penultimo spessore. ● **8** Ricavate tanti rettangoli di circa 6 cm di lunghezza e incideteli con due tagli paralleli nel senso della lunghezza. Friggete le chiacchiere, poche alla volta, in una padella con abbondante olio caldo; scolatele quando sono dorate e croccanti e fatele asciugare su qualche foglio di carta per fritti.

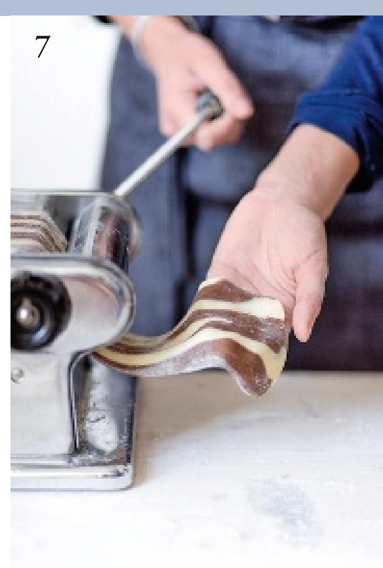
**MEDIA** ● **Preparazione 40 minuti + riposo** ● **Cottura 10 minuti** ● **360 cal/porzione**



5



6



7



8



Lavastone smaltato Made a Mano. Nella pagina accanto: grembiule con decoro giapponese Sen, lavastone smaltato Made a Mano. Indirizzi a pagina 6




Intrigoni al forno,
pag. 100

Vassoio vintage da Novità Home, piatto nero L'Arte del Pozzo, tovagliolo in lino Once Milano. Nella pagina accanto: contenitori in latta vintage da 100Fa, tovagliolo in lino Once Milano. Indirizzi a pagina 6



## NODINI AL CUMINO CON MIELE E COCCO

**PER 6 PERSONE**
**350 g di farina - 20 g di burro - 75 g di miele - 1 uovo + 1 tuorlo - 4 cucchiai di grappa - 1/2 cucchiaino da caffè di semi di cumino - 50 g di cocco disidratato grattugiato - olio di arachidi per friggere - farina per la lavorazione**

● **1** Sul piano di lavoro infarinato disponete la farina a fontana e versate al centro l'uovo e il tuorlo leggermente sbattuti con 25 g di miele, la grappa e i semi di cumino pestati. Unite il burro e lavorate a piene mani fino a ottenere una palla di impasto liscia ed elastica; avvolgetela con la pellicola e fatela riposare per mezz'ora.
● **2** Stendete la pasta sottile con la macchinetta. Ricavate delle strisce di circa di 2-3 mm di spessore e ritagliatevi tanti rettangoli di circa 2 x10 cm. Annodateli senza stringere il nodo e friggeteli in una padella con abbondante olio caldo.
● **3** Scolate i nodini quando sono dorati e asciugateli su qualche foglio di carta per fritti. Appena prima di servirli irrorate i nodini con il miele rimasto e cospargeteli con il cocco leggermente tostato in una padella antiaderente.

**FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 450 cal/porzione**



## CHIACCHIERE ALLA PANNA

**PER 6 PERSONE**
**270 g di farina - 200 ml di panna fresca - 1/2 cucchiaino di scorza grattugiata di 1 limone non trattato - olio di arachidi per friggere - 50 g di zucchero a velo - farina per la lavorazione**

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro infarinato, versate al centrola panna e la scorza di limone e lavorate il composto fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Formate una palla, avvolgetela con la pellicola e fatela riposare in frigo per almeno mezz'ora.
● **2** Con la macchinetta apposita montata al penultimo spessore stendete la pasta in strisce sottili, quindi ricavatene tanti rettangoli di circa 2x6 cm di lato.
● **3** Friggete le chiacchiere in una padella con abbondante olio caldo fino a che sono dorate e gonfie di bolle. Fatele asciugare su alcuni fogli di carta per fritti, poi spolverizzatele con lo zucchero a velo e servite.

**FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 400 cal/porzione**



## RISOLE ALLA CONFETTURA DI FRUTTA

**PER 4 PERSONE**
**200 g di farina - 1 uovo + 1 albume - 25 g di burro - 3 cucchiai di zucchero fine - 50 ml di latte - 50 g di confettura di ciliegie - 50 g di confettura di albicocche - farina per la lavorazione - olio di arachidi per friggere**

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro infarinato e versate al centro l'uovo sbattuto con 1 cucchiaio di zucchero e il latte. Aggiungete anche il burro fuso e lavorate fino a ottenere una palla di impasto perfettamente liscia. Avvolgetela con la pellicola e fate riposare in frigorifero per un'ora.
● **2** Con la macchinetta apposita impostata sullo spessore medio stendete la pasta in strisce sottili, infarinando leggermente a ogni passaggio. Distribuite le 2 confetture, un cucchiaino alla volta, distanziando i mucchietti di 5 cm l'uno dall'altro.
● **3** Spennellate con poco albume leggermente sbattuto intorno al ripieno e ripiegate la pasta. Pigiate con i polpastrelli sigillando le risole e ritagliatele con un rotella tagliapasta.
● **4** Friggete le risole in abbondante olio caldo, rigirandole un paio di volte e continuando a irrorare con l'olio caldo anche la parte emersa. Scolatele su carta per fritti e cospargetele con lo zucchero rimasto. Servite.

**MEDIA ● Preparazione 30 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 475 cal/porzione**



## INTRIGONI AL FORNO

**PER 6 PERSONE**
**240 g di farina - 20 g di burro morbido - 20 g di zucchero fine - 2 uova - 2 cucchiai di liquore all'arancia - 1/2 cucchiaino da caffè di lievito per dolci - 50 g di zucchero a velo - farina per la lavorazione**

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro e versate al centro il lievito, il burro a dadini, lo zucchero, le uova leggermente sbattute e il liquore. Lavorate il composto fino a ottenere un impasto liscio ed elastico, poi formate una palla perfettamente liscia, avvolgetela con la pellicola e passatela in frigo per un'ora.
● **2** Con la macchinetta impostata sul terz'ultimo spessore stendete la pasta in strisce sottili, infarinando un po' le sfoglie a ogni passaggio. Ritagliate le strisce in rettangoli di 2x6 cm e incideteli in mezzo con un taglio longitudinale. Rigirate verso il centro i due lati lunghi dei rettangoli e ripassateli attraverso il taglio in direzione opposta una all'altra, in modo da formare una specie di treccia.
● **3** Sistemate gli intrigoni uno accanto all'altro su 2 placche e passateli in frigo per una ventina di minuti. Scaldate il forno a 200° e cuocete i dolci in modalità ventilata per una decina di minuti. Fate intiepidire e cospargete gli intrigoni con lo zucchero a velo. Servite.

**FACILE ● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 250 cal/porzione**

# BUONE LETTURE

## SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

**di Francesca Tagliabue**

### IL LIBRO DEL MESE

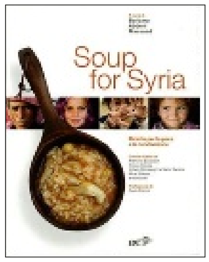
Dolcissimo e dorato, il miele è da secoli conosciuto dall'uomo per le sue proprietà energizzanti e dolcificanti. Le nonne, per dormire bene, consigliavano un cucchiaio sciolto nel latte caldo: questo volume vi aprirà ben altri orizzonti, dove il prezioso dono delle api è il versatile protagonista di oltre 80 ricette dolci e e salate da tutto il mondo. Via libera dunque a un'intrigante maionese, a ricche marinate, eleganti pâté, cocktail, salse, tanti piatti golosissimi che vanno dalla prima colazione al dessert, con una guida all'acquisto ben fatta e tante interessanti informazioni. E le foto? Bellissime.

**UN CUCCHIAIO DI MIELE**
**Guido Tommasi Editore, a 25 €**



"Un tocco rende speciali una baklava, le ali di pollo o le costine; un cucchiaio impreziosisce l'impasto del pane e i biscotti speziati... quel poco fa sempre la differenza"

**l'autrice, dall'introduzione del libro**

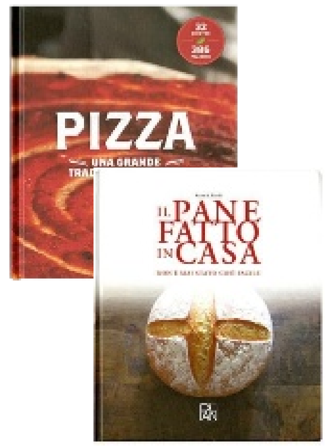



**SOUP FOR SYRIA**
**di Edt Edizioni, a 23,50 €**

Con il sostegno di Slow Food, la scrittrice e cuoca libanese Barbara Abdeni Massaad ha coinvolto oltre 80 tra chef e food writer per questo progetto. I grandi della cucina del mondo hanno donato zuppe, minestre e vellutate, preparate e fotografate dalla food writer, fondatrice di Slow Food Beirut. Questo volume, i cui profitti saranno interamente donati a UNHCR, l'agenzia Onu per i rifugiati, raccoglie tutte le ricette.

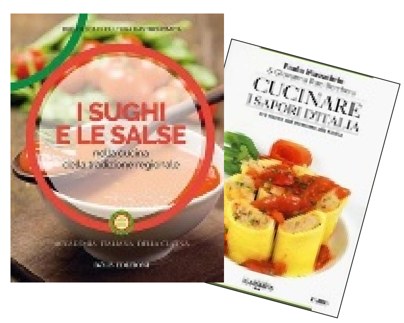
**MANI IN PASTA**
**"Pizza", Slow Food Editore, a 22 €**
**"Il pane fatto in casa", Edizioni Plan, a 24,50 €**

Il primo volume racconta la storia di un grande successo italiano che ha conquistato il mondo. Non mancano i consigli per scegliere gli ingredienti di base – acqua, sale, farina e lievito – e combinarli per ottenere l'alchimia perfetta, con i prodotti di eccellenza per condire e farcire una delizia amata da tutti. In più, 386 indirizzi per mangiare una pizza super in Italia. È pensato per la cucina casalinga il secondo libro, con più di 100 ricette dal linguaggio chiaro e semplice, tutte provate in casa, sia dolci sia salate, con il lievito madre e quello di birra, per sbizzarrirsi nell'arte della panificazione divertendosi.



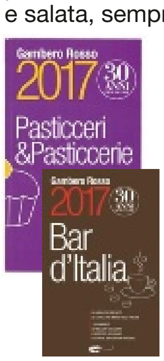

**SAPORI TUTTI ITALIANI**
**"I sughi e le salse nella cucina di tradizione regionale", Bolis Ed. a 24 €**
**"Cucinare i sapori d'Italia", Comunica Ed. a 14,90 €**

Nuova collana per l'Accademia Italiana della Cucina: il primo volume è dedicato a sughi, salse e intingoli con 70 ricette che illustrano da Nord a Sud i colori e i gusti delle diverse regioni italiane.
Di Paolo Massobrio con Giovanna Ruo Berchera il secondo libro, che riafferma il rapporto con il territorio di 170 ricette di tradizione italiane, senza dimenticare i diversi prodotti tipici - tutti eccellenti - che caratterizzano la nostra Penisola.




**LE GUIDE PER IL 2017**
**"Pasticceri & pasticcerie", a 14,90 € e "Bar d'Italia" a 10 €, entrambi Gambero Rosso Edizioni**

Sesta edizione per la guida che il Gambero Rosso dedica all'arte dolce: il volume racconta il panorama della nuova pasticceria italiana, dolce e salata, sempre più attenta al binomio gusto&leggerezza e aperta al nuovo - temi a cui il Gambero dedica due nuovi premi speciali. È alla 17° edizione la guida ai Bar d'Italia del Gambero Rosso: 1320 indirizzi per una buona e sana colazione, per uno spuntino gustoso, per un vero aperitivo all'italiana. Facile da consultare, tascabile, è il vademecum ideale.



# Pollo ripieno alla sarda

## IL PUDDIGHINU A PIENU, COME LO CHIAMANO NELL'ISOLA, È UN SIMBOLO DELLA PIÙ SCHIETTA CUCINA DI TERRA SARDA

**di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello foto di Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi**

La cucina della Sardegna è arcaica, schietta e sobria come il temperamento dei suoi abitanti e ancora oggi riesce a resistere all'omologazione e a difendere i suoi sapori di terra e di mare. Atmosfera e ritualità sono gli ingredienti che non mancano mai sulla tavola dei sardi, soprattutto nei giorni di festa quando tra pani tipici - e qui ogni paese esibisce la sua specialità - si servono malloreddus, fregula e culingiones, agnello, l'immancabile porceddu cotto allo spiedo e altre specialità di tradizione come il pollo ripieno, in dialetto sardo "puddighinu a pienu".

*> segue a pag. 106*















## LA PREPARAZIONE

**PER 4 PERSONE**
**1 pollo giovane di circa 1 kg con le sue regaglie - 2 uova - poco latte - 70-80 g di pane grattugiato - alcuni pomodori secchi - 1 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**
**per il contorno: 6 carciofi - 80 g di pancetta tesa - 1 limone - un ciuffo di prezzemolo - 1 spicchio d'aglio - olio extravergine d'oliva**

• **1** Estraete le regaglie (fegato, cuore e rognoncini) dal pollo; lavatelo e asciugatelo. Pulite le regaglie e tagliatele a fettine. • **2** Fatele rosolare in un tegame con poco olio, scolatele, lasciatele raffreddare e tritatele; tritate a parte anche i pomodori secchi. • **3** Versate nel tegame ancora un po' di olio e rosolatevi il pane grattugiato. • **4** Rassodate le uova, sgusciatele ed estraete i tuorli. • **5** Trasferite il pane rosolato in una ciotola e unitevi le regaglie, i tuorli sodi, i pomodori secchi tritati, sale e pepe; mescolate bene unendo poco latte, quanto basta per ottenere un composto morbido ma compatto. • **6** Farcite il pollo, cucite l'apertura e legatelo con spago da cucina per mantenerlo in forma durante la cottura. • **7** Sistemate il pollo farcito in una teglia oliata, conditelo anche in superficie con un filo d'olio, sale, pepe e passatelo in forno a 170° per circa un'ora, spruzzandolo di tanto in tanto con poca acqua e succo di limone. • **8** Intanto preparate il contorno: pulite i carciofi, conservando solo i cuori, e tagliateli a spicchietti; immergeteli man mano in acqua acidulata con succo di limone. Riducete la pancetta a dadini; scaldate in una padella un filo di olio, rosolatevi i dadini di pancetta e lo spicchio di aglio, eliminate l'aglio, unite i carciofi e fateli rosolare; portateli a cottura bagnando, se necessario, con qualche cucchiaio di brodo; alla fine spolverizzateli con il prezzemolo. A cottura ultimata trasferite il pollo su un piatto da portata, contornatelo con i carciofi e servite.












> *segue da pag. 104*

Non si tratta di una piatto storico, perché la Sardegna non ha ricette storiche codificate: le prime che sono state scritte sono quelle riportate nel libro "La nuova cucina delle specialità regionali" di Vittorio Agnetti, pubblicato nel 1909, ma non si fa cenno al pollo ripieno.
Eppure il puddighinu è una specialità che rientra a buon titolo nella tradizione gastronomica isolana, perché nata dall'inventiva popolare e dall'utilizzo sapiente della materia prima disponibile nelle case, e trasmessa oralmene di famiglia in famiglia.

## Da piatto povero a ricca portata

La ricetta originale richiede pochi ingredienti, ma è suscettibile di saporite variazioni: alla formula di base, riportata in questo servizio, che prevede un ripieno preparato semplicemente con le regaglie dello stesso polletto, pangrattato, pomodori essiccati e uova, c'è chi aggiunge pecorino e uvetta, chi lo arricchisce con lardo e carni macinate di manzo, chi ancora sostituisce il latte utilizzato per ammorbidire il pane con vino, Vernaccia o Vermentino, secondo la zona in cui il piatto viene preparato. Ma ci sono anche le interpretazioni che mirano a una presentazione coreografica, come quella di introdurre nel polletto, insieme al ripieno, un uovo sodo che si evidenzia al momento del taglio, o portarlo in tavola avvolto in rami di mirto. Tra i contorni di tradizione la scelta varia dalle classiche patate arrosto a carciofi, cardi o fave saltati in padella con la pancetta.

**BERE GIUSTO**
**La ricetta è molto strutturata, sia per la sostanza dei grassi, che cuocendo acquisiscono maggiore complessità, sia per il gusto radicale e persistente delle interiora; ad accompagnare questa ricca impalcatura è chiamato il Dettori Bianco, un Vermentino originato nei pressi di Sennori, vicino al mare, e realizzato attraverso una fermentazione sulle bucce che ne accresce la forza e l'energia: il vino sardo contrasta in modo serrato l'intensità del ripieno.**






**LA PAROLA ALL'ESPERTO**
Risponde alle nostre piccole curiosità Giovanni Fancello, gastronomo, giornalista e scrittore di Thiesi (Sassari), cittadina del Mejlogu, Prefetto per la Sardegna dell'Associazione Italiana Gastronomia Storica e collaboratore del sito "Taccuini Storici"e del quotidiano Nuova Sardegna.
**Che tipo di pollo è indicato per cucinare questo piatto?**
Un pollastro di 2, 4 o 6 mesi di circa 1 kg. In Sardegna questi polli si allevano nel pollaio di casa, raramente si acquistano dal macellaio.
**Al ripieno di regaglie si possono aggiungere anche altri ingredienti?**
Secondo il gusto e le disponibilità, si possono aggiungere carni macinate diverse ed erbe aromatiche che si raccolgono nei nostri campi, ma anche ingredienti estranei alla cucina sarda, come per esempio la mortadella.
**Il "puddighinu a pienu" è un piatto tipico di una zona particolare della Sardegna?** Non c'è una zona specifica che abbia dato origine a questa ricetta: si tratta di un piatto cucinato in tutta l'isola, soprattutto nelle zone interne, in particolare nei giorni di festa.
**Oltre che al forno si può cucinare anche in brodo?**
Un buon metodo, spesso adottato nelle famiglie, è quello di cuocerlo in brodo e finire la cottura in forno. Così si ottiene anche un saporito brodo, ottima base per una minestra.

## I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Il pollo ripieno alla sarda è un piatto che di solito si cucina in casa in occasione di feste e ricorrenze. Segnaliamo comunque due ristoranti che, su richiesta, ancora lo preparano, seguendo una ricetta di famiglia.

**HOTEL RISTORANTE SANT'ELENE**
Località Sant'Elene, Dorgali (Nu), tel. 0784 94572.
Immerso nel verde lussureggiante nel cuore della Barbagia questo albergo ha conservato e tramandato tradizioni e costumi mantenendo i caratteri tipici della civiltà barbaricina anche nella cucina. La carta del ristorante propone una scelta di piatti locali come i ravioli alla dorgalese e l'immancabile porceddu e, su prenotazione, anche il pollo ripieno.

**RISTORANTE PANI E CASU**
Via Eligio Porcu 53, Quartu Sant'Elena (Ca), tel. 070 8675032.
Un locale sobrio ma accogliente che identifica le sue scelte già nel menu dove si legge "la tradizione è servita"; infatti arrivano in tavola piatti cucinati nel rispetto delle più antiche e classiche ricette locali, come il pane frattau e i malloreddus alla campidanese.
Tra le carni spiccano cinghiale, asino e capra e, su prenotazione, anche la gallina ripiena, un'interpretazione di antica memoria del pollo ripieno alla sarda.



Olio di palma.
FA BENE.
FA MALE.
MINACCIA L'AMBIENTE.
È INNOCUO.
1€
PREZZO SPECIALE
Starbene
Dossier SCHIENA
TUTTE LE NOVITÀ SU CURE E PREVENZIONE
IL COLLAGENE TI FA BELLA
METTI IN REGOLA L'INTESTINO E PERDI UNA TAGLIA
COME USARE LE MACCHINE IN PALESTRA PER RIMODELLARTI SENZA FARTI MALE
TESTATI PER VOI LE PASTE INTEGRALI
GLI SCARPONI DA SCI

# Invito al castello

## ANTICHI MANIERI OSPITANO RISTORANTI IN CUI CIBO E ATMOSFERA RIEVOCANO ATMOSFERE MAGICAMENTE SOSPESE TRA STORIA E FIABA

**di Paola Mancuso, in cucina Claudia Compagni, foto delle ricette di Felice Scoccimarro, styling di Stefania Aledi**



Che si tratti di grandi classici come Il nome della rosa oppure di film fantasy come Ladyhawke o La bella e la bestia - atteso remake del film Disney, presto in uscita - le storie ambientate in un castello hanno sempre molto impatto sul nostro immaginario. Per gli appassionati di atmosfere antiche, l'occasione per viverne la suggestione può essere una cena nei ristoranti ospitati da molti manieri, dove gustare la più tipica cucina del territorio in ambienti sospesi tra storia e favole dell'infanzia.
Il tuffo nel passato inizia a Guarene, uno dei borghi meglio conservati del Roero, territorio piemontese ricco di torri, tartufi e cantine, riconosciuto dall'Unesco come patrimonio mondiale. L'imponente castello che domina il paese è una residenza settecentesca che fa parte dell'itinerario del Barocco in Piemonte, con uno splendido giardino all'italiana. Nella sala del ristorante, con camino e volte a vela, si gustano i piatti dello chef Davide Odore, nativo di Guarene e grande conoscitore di materie prime e cucina di Langa e Roero: ravioli del plin, oca in salmì con tartufo nero, il classico bunet, ma rivisitato come un cremino. Ricca la carta dei vini, con Barbera, Barbaresco e altri rinomati nettari piemontesi.

*> segue a pag. 111*





A fianco, il castello di Spessa, nel Collio goriziano; sotto, il castello di Gropparello, sull'appennino piacentino; nella foto grande, il castello di Guarene, dimora storica in provincia di Cuneo.





## CJALSONS

**PER 4 PERSONE**
**500 g di patate lessate e schiacciate - 125 g farina "00" - 1 uovo e 1 tuorlo - 1 pera Kaiser grande e soda - 1 cucchiaio di ricotta fresca - 10 gherigli di noce tostati e tritati grossolanamente - burro - 1 mestolino di brodo vegetale - 80 g di "formadi frant" a cubetti piccoli (può essere sostituito da un formaggio a pasta morbida, speziato e piccante) - 2 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato - sale**

● **1** Per la farcia: grattuggiate la pera e mettetela a scolare in un panno, meglio se sotto un peso. Dopo circa 1 ora, mescolatela con la ricotta e un pizzico di sale.
● **2** Unite alle patate la farina, l'uovo, il tuorlo e un pizzico di sale, impastando velocemente e per poco tempo. Stendete la pasta a uno spessore di 5 mm e ricavatene tanti dischetti, con l'aiuto di un coppapasta di 7 cm. Sistematevi al centro circa 15 g della farcia preparata; richiudereli a metà e sigillateli bene lungo i bordi.
● **3** Lessate i cjalsons preparati in acqua leggermente in ebollizione e poco salata, fino a quando salgono a galla e poi ancora per 3-4 minuti. Intanto, scaldate il brodo in un'ampia casseruola con 2-3 fiocchi di burro, scolate i cjalsons con un mestolo forato, adagiateli nella crema di burro e brodo e fateli insaporire per qualche istante. Distribuite al centro dei piatti il parmigiano, sistematevi sopra i cjalsons e cospargeteli con la crema di burro e brodo. Completate con le noci tritate e i cubetti di formadi frant.

**MEDIA**
● **Preparazione 35 minuti + riposo** ● **Cottura 12 minuti**
● **355 cal/porzione**



Cjalsons
(La Tavernetta - Castello di Spessa)

## ZUCCA DELLA REGINA

**PER 4 PERSONE**
**1 zucca del diametro di 18 cm per il ripieno (ogni 100 g di polpa di zucca pesata dopo la cottura): 50 g di pangrattato - 50 g di grana padano grattugiato - 1 manciata di prezzemolo tritato - 2 uova medie - 1 spicchio di aglio - latte (facoltativo) - 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Lavate la zucca e passatela con una spazzolina per togliere ogni residuo di terra. Mettetela sulla griglia del forno a 180° e cuocetela per 30 minuti o fino a quando la scorza è morbida e riuscirete a bucarla vicino al picciolo con uno stecchino. Levatela dal forno e fatela intiepidire. Dopo 1 ora, tagliate la calotta e tenetela da parte. Svuotate la zucca (tenete da parte il guscio di scorza) con un cucchiaio per ricavarne la polpa, eliminando semi e filamenti.
● **2** Pesate la polpa estratta, poi schiacciatela con il passaverdure (o con lo schiacciapatate). Aggiungete, in base al peso iniziale, il quantitativo corrispondente di pangrattato, grana, prezzemolo, uova, aglio e olio. Salate e pepate. Amalgamate bene (l'impasto deve essere morbido) e, se necessario, regolate la consistenza con pangrattato (per asciugare) o con poco latte (per ammorbidire).
● **3** Riempite la zucca svuotata con la farcia preparata, poi chiudetela con la sua calotta. Cuocete nel forno a 180° per 20 minuti circa. Sistematela su un piatto di portata con accanto la sua calotta e servite.

**FACILE**
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura 50 minuti** ● **220 cal/porzione**



Zucca della regina
(Taverna Medievale - Castello di Gropparello)

## MAIALINO DA LATTE CON COSTE BRASATE

**PER 4 PERSONE**
**1 carré di maialino da latte disossato (circa 1 kg) - 20 fettine di pancetta - 1 spicchio d'aglio - 1 rametto di rosmarino - 3 gambi di bietole da coste - brodo vegetale - 50 ml di panna fresca - 50 ml di latte - aceto di vino bianco - tartufo nero (facoltativo) - purea di marroni ed erbe fresche per guarnire - 25 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe**

● **1** Avvolgete il carré nelle fette di pancetta, fissandole con più giri di spago da cucina; rosolatelo in una teglia con 20 g di burro, 3 cucchiai d'olio, l'aglio sbucciato e il rosmarino. Una volta dorato uniformemente, trasferitelo nel forno già caldo a 180° e cuocete per 10 minuti.
● **2** Ricavate dal gambo delle coste 8 rettangoli di circa 8x2 cm e sbollentateli per 5 minuti in una pentola con acqua e aceto in parti uguali. Scolate i rettangolini e trasferiteli in una casseruola con il latte, il burro rimasto, la panna, qualche cucchiaio di brodo vegetale e un pizzico di sale; coprite e brasate per circa 10 minuti a fuoco dolce.
● **3** Eliminate lo spago dal carré, dividetelo in 4 parti uguali e sistematele nei piatti individuali. A fianco, disponete 2 rettangoli di coste leggermente sovrapposti e cospargeteli con la loro salsa di brasatura. Irrorate il trancio di maialino con il suo fondo di cottura, ridotto. Completate con la purea di marroni, le erbe, una grattatina di tartufo (se lo usate) e un filo d'olio.

**FACILE**
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **785 cal/porzione**

### GLI INDIRIZZI

**Castello di Guarene (Piemonte)**
Via Alessandro Roero 2, Guarene (Cn)
www.castellodiguarene.com

**Castello di Gropparello (Emilia)**
Via Roma 84, Gropparello (Pc)
www.castellodigropparello.it

**Castello di Spessa (Friuli)**
Via Spessa 1, Capriva del Friuli (Go)
www.castellodispessa.it

In queste pagine: piatti L'Abitare, Alessi, DaTerra, Reichenbach; sottopiatti Puebco; bicchiere Comtesse, posate Sambonet. Indirizzi a pag. 6.



**Maialino da latte con coste brasate**
(Ristorante del Castello di Guarene)

> *segue da pag. 108*

Sull'Appennino piacentino, Gropparello è uno spettacolare castello guelfo, perfettamente conservato. Arroccato su uno strapiombo roccioso che si affaccia sullo scenario della Val Vezzeno, fitta di boschi degni di un romanzo fantasy, è il punto di partenza di una passeggiata che, seguendo un ripido sentiero, scende tra le forre del torrente. Nella Taverna Medievale, il cuoco Alessandro Folli, solo 26 anni ma già sous chef al Kempinski di Ginevra, propone crema di ceci con lardo piacentino, tortelli ripieni di castagne con porcini, mariola piacentina.

In Friuli Venezia Giulia si torna a un territorio vocato ai vini Doc: nel Collio goriziano, tra dolci colline "pettinate" da filari di viti, il castello di Spessa è passato alla storia per essere stato luogo di villeggiatura - e relativi incontri amorosi - di Giacomo Casanova. Oggi Spessa è diventato un resort con camere country chic e cantine tra le più antiche del Collio, dove si affinano i vini "di casa", prodotti dal castello, e prosciutti di San Daniele. Ai piedi del maniero, la Tavernetta è un ristorante gourmand dove si cena nella sala con il tipico fogolar (il camino) o in quella degli affreschi. La cucina dello chef Tonino Venica racconta la tradizione del territorio: dai cjalsons, il più tipico primo della Carnia, al petto d'oca con mosto cotto. Fino alla rivisitazione della gubana, dolce friulano per eccellenza, servita in bicchiere con spuma di Slivovitz, robusto distillato di prugne diffusissimo nella vicina Slovenia.

# Boulet à la liégeoise

**POLPETTE IRRRESISTIBILI SFUMATE CON BIRRA ARTIGIANALE, UN'ICONA DELLA CUCINA BELGA IMPREZIOSITA DA UNA SALSA VELLUTATA DELICATAMENTE AGRODOLCE**

**a cura Silvia Bombelli, testo di Vittorio Castellani, ricetta di Livia Sala, foto di Maurizio Lodi**

Le boulet à la liégeoise sono un piatto tipico della cucina belga della città di Liegi, dove vengono servite nelle friterie e nelle brasserie. Si chiamano boulet sauce lapin o boulet sauce chasseur, ma sono la stessa cosa. La ricetta per l'impasto varia leggermente, perché ogni famiglia custodisce gelosamente la sua, e generalmente si servono due grosse polpette, una appena più grande dell'altra.



Per quanto riguarda gli ingredienti, invece, si possono utilizzare indistintamente carne tritata o di manzo legata con pangrattato, insaporita con cipolla tritata e prezzemolo. La particolarità di questa ricetta è data dalla salsa agrodolce, nella quale vengono fatte prima dorare e poi stufare le boulet. Si chiama sirop de Liège ed è una riduzione di aceto, zucchero di canna, cipolle e frutta. Solitamente si tratta di mele o pere, ma spesso si utilizza anche l'uvetta di Corinto, assai diffusa nella regione. Il fatto che la ricetta porti a volte il curioso nome di sauce lapin, non dipende dall'effettivo uso del coniglio tra gli ingredienti, ma dal cognome di quella che viene considerata la sua inventrice: madame Géraldine Lapin, moglie di un noto esattore delle tasse di Liegi, diventata famosa nei primi del '900 grazie a questa delizia. Da allora la preparazione è diventata un'icona della cucina belga, tanto che dal 1996 la Confrérie du Gay Boulet indice un concorso tra i ristoranti per la migliore ricetta e il vincitore si aggiudica l'ambito premio della Boulet de Cristal. Di solito le boulet à la liégeoise vengono servite con un contorno di patate fritte e accompagnate da maionese o composta di mele e verdure.

Un'altra particolarità della ricetta è l'uso della birra artigianale per sfumare la carne. Non è previsto in tutte le ricette - per esempio in Vallonia, sul confine con la Francia, si preferisce profumare il piatto con il vino rosso - ma grazie alla rinascita del movimento birrario, oggi la bevanda usata come ingrediente torna in auge e si sperimentano stili di birre artigianali diversi, come quelle proposte dal guru della cucina brassicola Alain Fayt nel suo Restobieres (restobieres.eu) di Bruxelles.

## POLPETTE ALLA MANIERA DI LIEGI

**INGREDIENTI PER 6 PERSONE**

**300 g di carne tritata di manzo - 300 g di carne tritata di suino - 100 g di pane raffermo - 2 scalogni tritati - 1 dl di latte - 1 uovo - 1 spicchio d'aglio tritato - 1 presa di miscela di 4 épices - 25 g di burro**
**per la salsa: 2 cipolle - 25 g di burro - 2,5 dl di birra belga tipo Saison - 1 cucchiaio di farina - 2 cucchiai di succo di mela - 2 cucchiai di succo di pera - 2 chiodi di garofano - 1 foglia di alloro - timo - sale - pepe**

● **1** Fate ammollare il pane nel latte, strizzatelo e lavoratelo in una ciotola con le carni tritate, gli scalogni, l'aglio, l'uovo e le 4 épices. Regolate di sale e di pepe, mescolate bene e ricavate tante polpettine della grandezza di un uovo.
Fatele dorare nel burro fuso. Scolatele su carta assorbente.
● **2** In una padella fate appassire le cipolle nel burro, senza far prendere loro colore. Bagnatele con la birra, fate sfumare per 5 minuti mescolando continuamente. Aggiungete la farina, mescolate ancora e allungate la salsa con i succhi di frutta, il timo, l'alloro, i chiodi di garofano sale e pepe. Mescolate e cuocete a fiammma bassa per circa 20 minuti in modo che la la salsa si riduca. Unite le polpettine, fatele insaporire e servitele.

**FACILE**
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 45 minuti**



### LA CUCINA BRASSICOLA

Nei Paesi con una lunga tradizione nella produzione di birra (Repubblica Ceca, Germania, Inghilterra e Belgio) tornano di moda antiche ricette con la birra come protagonista. In particolare in Belgio la cuisine à la bière era già molto nota nel XV secolo, quando la bière blanche si utilizzava anche nelle pastelle e nei beignets per il suo effetto lievitante. I diversi stili birrari rappresentano una valida alternativa al vino nei piatti di carne che richiedono lunghe cotture. In questi casi sono indicate le birre brune trappiste come la Chimay bleue, le Triple, le Ale oppure la Saison. Le birre trappiste si usano anche per i dolci, come la ganache per le praline. Mentre per inzuppare il Birramisù (rivisitazione del quasi omonimo dessert) le Stout, le Porter o le Black Ale sostituiscono il caffè.

# NEL NUMERO DI MARZO



**VASOCOTTURA**
Vitello all'acciuga tartufata, pollo speziato con cuscus, tonno con zenzero e pesto di carote o torta di cioccolato all'arancia. Sono piatti cotti con una tecnica innovativa e curiosa: tutti buonissimi.



**TEMPO DI CARCIOFI**
Corone coriacee di petali verdi nascondono un cuore morbido dall'inimitabile gusto dolce amaro. Favoloso in cucina.



**TORTE CON IL BUCO**
Non è vero che non tutte riescono: lo dimostrano i nostri deliziosi ciambelloni. Golosi e spettacolari.

**in edicola dal 20 gennaio**


GRUPPO | SALE&PEPE

n. 2 FEBBRAIO 2017

**DIRETTORE RESPONSABILE**
**Laura Maragliano** laura.maragliano@mondadori.it

**REDAZIONE**
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

**REDAZIONE GRAFICA**
Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

**SEGRETERIA DI REDAZIONE**
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

**PROGETTO GRAFICO**
Roberto Porta

**HANNO COLLABORATO**
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Patrizia Cantoni, Vittorio Castellani, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Sara Farina, Miriam Ferrari, Paola Mancuso, Alessandro Pasinelli Studio, Antonella Pavanello, Deborah Piana Agostinetti, Livia Sala, Studio Salaris, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Mariarosa Schiaffino, Francesca Tagliabue, Paola Volpari

Foto: Marco Azzoni, Adriano Brusaferri, Luca Colombo/Studio XL, Cristina Galliena, Bohman, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Laura Spinelli, Michele Tabozzi, Monica Vinella


*ERRATA CORRIGE. Le foto pubblicate alle pagine 4 e 106 del numero di gennaio ritraggono Gabriella Mari e non Cristina Blasi, come erroneamente indicato nel testo. Ambedue sono titolari e docenti della Scuola di Arte Culinaria Cordon Bleu di Firenze*

**SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI**
È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: sito web: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041.509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press-di Abbonamenti SpA – C/O CMP Brescia – Via Dalmazia 13, 25126 Brescia (BS). L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista. Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 045.8884400; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.


ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 027542.1 - Fax 02/75422302.



Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it ), conto corrente postale n° 77270387.

Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it


*Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 7991 del 9 febbraio 2015*

*Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali*




**SALE&PEPE SUL TUO IPAD**
Da oggi puoi leggere Sale&Pepe anche sul tuo iPad con la nuova app di sfoglio digitale. Scarica subito l'applicazione di Sale&Pepe magazine dall'Apple Store (oppure fotografa il codice QR qui a destra).

Disponibile su App Store

Inoltre, sul sito www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,99 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!


Zàini
Cioccolato Emilia
Libera la tua creatività
Zàini
MILANO
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO BIANCO
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO AL LATTE
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO FONDENTE EXTRA
Da un blocco di cioccolato fondente extra Emilia può nascere qualsiasi capolavoro.
Perché da sempre è l'ingrediente ideale che apre mille possibilità alla tua voglia di creare dolci e ricette al cioccolato.
Anche dolcemente bianco e finissimo cioccolato al latte.
Seguici su - Follow us on
cioccolatoemiliazaini
cioccolatoemilia.it